

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
для обеспечения горячим питанием обучающихся



**7 день**  
**7-11 ЛЕТ**

| Прием пищи, наименование блюда  | Масса порции | ЦЕНА          | Пищевые вещества |              |              | Энергетическая ценность, к кал | № рецептуры |
|---|--------------|---------------|------------------|--------------|--------------|--------------------------------|-------------|
|   |              |               | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г  |                                |             |
| <b>Завтрак</b>  |              |               |                  |              |              |                                |             |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ ( КАПУСТА КВАШЕНАЯ №3 или ИКРА КАБАЧКОВАЯ №88)                  | 60           |               | 0,90             | 4,30         | 3,75         | 57,70                          | 3/88        |
| КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 455/363 | 90/30        |               | 9,00             | 8,70         | 20,20        | 205,60                         | 455/363     |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303   | 150          |               | 3,99             | 4,50         | 17,72        | 123,90                         | 303         |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53   | 200          |               | 0,30             | 0,00         | 16,00        | 66,40                          | 53          |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6   | 30           |               | 2,37             | 0,30         | 14,49        | 70,90                          | 6           |
| <b>Итого за прием пищи:</b>   | <b>560</b>   | <b>125,21</b> | <b>16,56</b>     | <b>17,80</b> | <b>72,16</b> | <b>526,50</b>                  |             |

**7-11 ЛЕТ (ОВЗ)**

| Прием пищи, наименование блюда  | Масса порции | ЦЕНА | Пищевые вещества |              |              | Энергетическая ценность, к кал | № рецептуры |
|---|--------------|------|------------------|--------------|--------------|--------------------------------|-------------|
|   |              |      | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г  |                                |             |
| <b>Завтрак</b>  |              |      |                  |              |              |                                |             |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ ( КАПУСТА КВАШЕНАЯ №3 или ИКРА КАБАЧКОВАЯ №88)                  | 60           |      | 0,90             | 4,30         | 3,75         | 57,70                          | 3/88        |
| КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 455/363 | 90/30        |      | 9,00             | 8,70         | 20,20        | 205,60                         | 455/363     |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303   | 150          |      | 3,99             | 4,50         | 17,72        | 123,90                         | 303         |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53   | 200          |      | 0,30             | 0,00         | 16,00        | 66,40                          | 53          |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6   | 30           |      | 2,37             | 0,30         | 14,49        | 70,90                          | 6           |
| <b>Итого за прием пищи:</b>   | <b>560</b>   |      | <b>16,56</b>     | <b>17,80</b> | <b>72,16</b> | <b>526,50</b>                  |             |

**полдник**

|                             |            |               |             |             |              |               |     |
|-----------------------------|------------|---------------|-------------|-------------|--------------|---------------|-----|
| БУЛОЧКА СДОБНАЯ №146        | 100        |               | 8,90        | 9,50        | 31,50        | 220,10        | 146 |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685         | 200        |               | 0,20        | 0,00        | 15,00        | 58,00         | 685 |
| <b>Итого за прием пищи:</b> | <b>300</b> | <b>145,21</b> | <b>9,10</b> | <b>9,50</b> | <b>46,50</b> | <b>278,10</b> |     |

**12-18 ЛЕТ**

| Прием пищи, наименование блюда  | Масса порции | ЦЕНА          | Пищевые вещества |              |              | Энергетическая ценность, к кал | № рецептуры |
|---|--------------|---------------|------------------|--------------|--------------|--------------------------------|-------------|
|   |              |               | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г  |                                |             |
| <b>Завтрак</b>  |              |               |                  |              |              |                                |             |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ ( КАПУСТА КВАШЕНАЯ №3 или ИКРА КАБАЧКОВАЯ №88)                  | 100          |               | 1,80             | 8,60         | 7,50         | 115,40                         | 3/88        |
| КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 455/363 | 100/30       |               | 10,90            | 9,80         | 22,40        | 210,60                         | 455/363     |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303   | 160          |               | 4,90             | 4,90         | 27,30        | 145,84                         | 303         |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53   | 200          |               | 0,30             | 0,00         | 16,00        | 66,40                          | 53          |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6   | 30           |               | 2,37             | 0,30         | 14,49        | 70,90                          | 6           |
| <b>Итого за прием пищи:</b>   | <b>620</b>   | <b>125,21</b> | <b>20,27</b>     | <b>23,60</b> | <b>87,69</b> | <b>609,14</b>                  |             |

**12-18 ЛЕТ (ОВЗ)**

| Прием пищи, наименование блюда  | Масса порции | ЦЕНА | Пищевые вещества |              |              | Энергетическая ценность, к кал | № рецептуры |
|---|--------------|------|------------------|--------------|--------------|--------------------------------|-------------|
|   |              |      | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г  |                                |             |
| <b>Завтрак</b>  |              |      |                  |              |              |                                |             |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ ( КАПУСТА КВАШЕНАЯ №3 или ИКРА КАБАЧКОВАЯ №88)                  | 100          |      | 1,80             | 8,60         | 7,50         | 115,40                         | 3/88        |
| КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 455/363 | 100/30       |      | 10,90            | 9,80         | 22,40        | 210,60                         | 455/363     |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303   | 160          |      | 4,90             | 4,90         | 27,30        | 145,84                         | 303         |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53   | 200          |      | 0,30             | 0,00         | 16,00        | 66,40                          | 53          |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6   | 30           |      | 2,37             | 0,30         | 14,49        | 70,90                          | 6           |
| <b>Итого за прием пищи:</b>   | <b>620</b>   |      | <b>20,27</b>     | <b>23,60</b> | <b>87,69</b> | <b>609,14</b>                  |             |

**полдник**

|                             |            |               |             |             |              |               |     |
|-----------------------------|------------|---------------|-------------|-------------|--------------|---------------|-----|
| БУЛОЧКА СДОБНАЯ № 146       | 100        |               | 8,90        | 9,50        | 31,50        | 220,10        | 146 |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685         | 250        |               | 0,30        | 0,00        | 22,00        | 73,00         | 685 |
| <b>Итого за прием пищи:</b> | <b>350</b> | <b>145,21</b> | <b>9,20</b> | <b>9,50</b> | <b>53,50</b> | <b>293,10</b> |     |