

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
для обеспечения горячим питанием обучающихся

Утверждаю  
Директор



**5 день**

**30.01.2026**

**7-11 ЛЕТ**



| Прием пищи, наименование блюда                     | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|----------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                                    |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
| Завтрак                                            |              |                  |         |             |                               |             |
| КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №175 | 200          | 11,20            | 12,40   | 29,10       | 210,00                        | 175         |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ №3                      | 35/5/10      | 5,80             | 6,88    | 11,60       | 147,00                        | 3           |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685                                | 200          | 0,20             | 0,00    | 15,00       | 58,00                         | 685         |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338                        | 120          | 0,60             | 0,60    | 14,30       | 68,40                         | 338         |
|                                                    |              |                  |         |             |                               |             |
| Итого за прием пищи:                               | 570          | 17,80            | 19,88   | 70,00       | 483,40                        |             |
| полдник (ОВЗ)                                      |              |                  |         |             |                               |             |
| КРУАССАН №147                                      | 100          | 8,30             | 8,80    | 32,20       | 218,80                        | 147         |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53                          | 200          | 0,30             | 0,00    | 16,00       | 66,40                         | 53          |
| Итого за прием пищи:                               | 300          | 8,60             | 8,80    | 48,20       | 285,20                        |             |

**12-18 ЛЕТ**

| Прием пищи, наименование блюда                     | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|----------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                                    |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
| Завтрак                                            |              |                  |         |             |                               |             |
| КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №175 | 250          | 14,00            | 15,50   | 36,30       | 272,80                        | 175         |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ №3                      | 35/5/10      | 5,80             | 6,88    | 11,60       | 147,00                        | 3           |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685                                | 200          | 0,20             | 0,00    | 15,00       | 58,00                         | 685         |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338                        | 120          | 0,60             | 0,60    | 14,30       | 68,40                         | 338         |
| Итого за прием пищи:                               | 550          | 20,60            | 22,98   | 77,20       | 546,20                        |             |
| полдник (ОВЗ)                                      |              |                  |         |             |                               |             |
| КРУАССАН № 147                                     | 100          | 8,30             | 8,80    | 32,20       | 218,80                        | 147         |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53                          | 250          | 0,50             | 0,00    | 20,00       | 98,00                         | 53          |
| Итого за прием пищи:                               | 350          | 8,80             | 8,80    | 52,20       | 316,80                        |             |