

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
для обеспечения горячим питанием обучающихся

Утверждаю  
Директор



04.02.2026г.

**8 день**

**7-11 ЛЕТ**



| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|--------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |

**Завтрак**

|   |            |              |             |              |              |     |
|---|------------|--------------|-------------|--------------|--------------|-----|
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ или ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ) № 1 | 60         | 0,41         | 0,1         | 0,84         | 5,0          | 1   |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ № 259                               | 200        | 11,92        | 18,10       | 45,30        | 305,00       | 259 |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685                                     | 200        | 0,20         | 0,00        | 15,00        | 58,00        | 685 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6                                       | 50         | 3,95         | 0,50        | 21,15        | 116,33       | 6   |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                             | <b>510</b> | <b>16,48</b> | <b>18,7</b> | <b>82,29</b> | <b>484,3</b> |     |

**полдник (ОВЗ)**

|                             |            |             |             |              |               |      |
|-----------------------------|------------|-------------|-------------|--------------|---------------|------|
| КРУАССАН № 147              | 100        | 8,30        | 8,80        | 32,20        | 218,80        | 147  |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685К | 200        | 0,20        | 0,00        | 9,20         | 42,00         | 685К |
| <b>Итого за прием пищи:</b> | <b>300</b> | <b>8,50</b> | <b>8,80</b> | <b>41,40</b> | <b>260,80</b> |      |

**12-18 ЛЕТ**

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|--------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |

**Завтрак**

|   |            |              |              |              |               |     |
|---|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-----|
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ или ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ) № 1 | 100        | 0,5          | 0,1          | 1,01         | 6,0           | 1   |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ № 259                               | 250        | 14,30        | 20,50        | 53,40        | 406,00        | 259 |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685                                     | 200        | 0,20         | 0,00         | 15,00        | 58,00         | 685 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  | 50         | 3,95         | 0,50         | 21,15        | 116,33        | 6   |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                             | <b>600</b> | <b>18,95</b> | <b>21,06</b> | <b>90,56</b> | <b>586,33</b> |     |

**полдник (ОВЗ)**

|                             |            |             |             |              |               |      |
|-----------------------------|------------|-------------|-------------|--------------|---------------|------|
| КРУАССАН № 147              | 100        | 8,30        | 8,80        | 32,20        | 218,80        | 147  |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685К | 250        | 0,30        | 0,00        | 13,50        | 60,50         | 685К |
| <b>Итого за прием пищи:</b> | <b>350</b> | <b>8,60</b> | <b>8,80</b> | <b>45,70</b> | <b>279,30</b> |      |