

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

для обеспечения горячим питанием обучающихся

Утверждаю
Директор



01.09.2025

1 день

7-11 ЛЕТ

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|--|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | |
| ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ №311К | 90 | 8,6 | 10,4 | 6,8 | 158,3 | 311К |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203 | 150 | 3,70 | 5,70 | 28,20 | 195,70 | 203 |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(огурец св., помидор св., капуста квашеная,огурец сол., помидор сол.) | 60 | 0,41 | 0,10 | 0,84 | 5,00 | 70,71,80 |
| 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 |
| Итого за прием пищи: | 530 | 15,38 | 16,50 | 66,33 | 496,30 | |
| полдник (ОВЗ) | | | | | | |
| БУЛОЧКА СДОБНАЯ №146 | 100 | 8,90 | 9,50 | 31,50 | 220,10 | 146 |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53 | 200 | 0,30 | 0,00 | 16,00 | 66,40 | 53 |
| Итого за прием пищи: | 300 | 9,20 | 9,50 | 47,50 | 286,50 | |

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 | 0,50 | 0,10 | 1,01 | 6,00 | 1 |
| ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ №311К | 100 | 9,60 | 11,60 | 7,50 | 175,90 | 311К |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203 | 170 | 4,19 | 6,50 | 32,00 | 221,80 | 203 |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53 | 200 | 0,30 | 0,00 | 16,00 | 66,40 | 53 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6 | 50 | 3,95 | 0,50 | 21,15 | 116,33 | 6 |
| Итого за прием пищи: | 620 | 18,54 | 18,7 | 77,66 | 586,43 | |
| полдник (ОВЗ) | | | | | | |
| БУЛОЧКА СДОБНАЯ № 146 | 100 | 8,90 | 9,50 | 31,50 | 220,10 | 146 |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53 | 250 | 0,50 | 0,00 | 20,00 | 98,00 | 53 |
| Итого за прием пищи: | 350 | 9,40 | 9,50 | 51,50 | 318,10 | |