



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
для обеспечения горячим питанием обучающихся

на 12.03.2026г.



2 день

7-11 ЛЕТ

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|---|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | |
| СВЕКЛА ОТВАРНАЯ №2 | 60/2 | 0,9 | 0,1 | 5,1 | 24,4 | 2 |
| ТЕФТЕЛИ С РИСОМ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №307/363 | 90/30 | 10,90 | 10,90 | 13,50 | 205,60 | 307/363 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303 | 150 | 3,99 | 4,50 | 17,72 | 125,90 | 303 |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685 | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 58,00 | 685 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7 | 50 | 3,13 | 0,50 | 20,63 | 99,00 | 7 |
| Итого за прием пищи: | 582 | 19,12 | 16,00 | 71,95 | 512,90 | |
| полдник (ОВЗ) | | | | | | |
| КРУАССАН № 147 | 100 | 8,30 | 8,80 | 32,20 | 218,80 | 147 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379 | 200 | 3,16 | 2,66 | 15,94 | 100,60 | 379 |
| Итого за прием пищи: | 300 | 11,46 | 11,46 | 48,14 | 319,40 | |

12-18 ЛЕТ

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|---|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | |
| СВЕКЛА ОТВАРНАЯ №2 | 100/2 | 1,5 | 0,1 | 8,5 | 40,7 | 2 |
| ТЕФТЕЛИ С РИСОМ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №307/363 | 100/30 | 12,70 | 12,90 | 15,50 | 227,30 | 307/363 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303 | 160 | 4,90 | 4,90 | 27,30 | 145,84 | 303 |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685 | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 58,00 | 685 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7 | 50 | 3,13 | 0,50 | 20,63 | 99,00 | 7 |
| Итого за прием пищи: | 642 | 22,4 | 18,4 | 86,9 | 570,8 | |
| полдник (ОВЗ) | | | | | | |
| КРУАССАН № 147 | 100 | 8,30 | 8,80 | 32,20 | 218,80 | 147 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379 | 250 | 4,35 | 4,00 | 23,40 | 150,10 | 379 |
| Итого за прием пищи: | 350 | 12,65 | 12,80 | 55,60 | 368,90 | |