

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
для обеспечения горячим питанием обучающихся



**10 день**

28.11.2025

7-11 ЛЕТ

| Прием пищи, наименование блюда              | Масса порции | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|---|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|-------------|
|   |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |             |
| <b>Завтрак</b>                              |              |                  |              |               |                               |             |
| СВЕКЛА ОТВАРНАЯ №2                          | 60           | 0,9              | 0,10         | 5,10          | 24,40                         | № 2         |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ ТК №54-3С          | 200          | 4,72             | 5,76         | 13,60         | 125,60                        | ТК №54-3С   |
| ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ ТТК №468 | 180          | 15,93            | 20,60        | 51,90         | 453,87                        | 468         |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685К                 | 200          | 0,20             | 0,00         | 9,20          | 42,00                         | 685К        |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                     | 30           | 1,88             | 0,30         | 12,40         | 59,40                         | 7           |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6                           | 30           | 2,37             | 0,30         | 14,49         | 70,90                         | 6           |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                 | <b>700</b>   | <b>26,00</b>     | <b>27,06</b> | <b>106,69</b> | <b>776,17</b>                 |             |
| <b>полдник (ОВЗ)</b>                        |              |                  |              |               |                               |             |
| 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          |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                 | <b>300</b>   | <b>9,20</b>      | <b>9,50</b>  | <b>47,50</b>  | <b>286,50</b>                 |             |