

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
для обеспечения горячим питанием обучающихся



1 день

12.01.2026

7-11 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ ТК №54-2С	200	4,72	6,82	22,74	132,1	ТК №54-2С
ТЕФТЕЛИ С РИСОМ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 307/363	90/30	10,9	10,9	13,5	205,6	К307/363К
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203	150	3,70	5,70	28,20	195,70	ТК №203
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	30	2,37	0,30	14,49	70,90	6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	30	1,88	0,30	12,40	59,40	7
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685К	200	0,20	0,00	9,20	42,00	ТК 685К
Итого за прием пищи:	730	23,77	24,02	100,53	705,70	
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	