

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
для обеспечения горячим питанием обучающихся



4 день

29.01.2026

7-11 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
СУП ГОРОХОВЫЙ ТК №54-8С	200	5,97	7	24,34	196,6	ТК №54-8С
БЛЮДО ИЗ РЫБЫ (РЫБА, ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ № 229 (или КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК №106)	90	9,1/11,60	11,6/11,80	10,9/13,0	142,3/159,00	229/106
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ №310	160	3,04	4,50	24,55	151,40	310
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686	200	0,30	0,00	15,20	60,00	686
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	30	1,88	0,30	12,40	59,40	7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	50	3,95	0,50	21,15	116,33	6
Итого за прием пищи:	730	24,24/26,74	23,9/24,1	108,54/110,64	726,03/742,73	
полдник (ОВЗ)						
БУЛОЧКА СДОБНАЯ №146	100	8,90	9,50	31,50	220,10	146
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №51	200	0,30	0,00	16,00	66,40	51
Итого за прием пищи:	300	9,20	9,50	47,50	286,50	