и.о. директора школы
Арсенова Е.В.

Утверждаю
Директор ООО "СОЮЗ-К"
Киселев Д.Г.

Ежедневное меню
10 день
7-11 лет

06.03.2026.

льготное питание

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность ккал.
			Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г	
	ЗАВТРАК					
390	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ "ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ" №390	90	11,60	8,30	5,90	119,00
304	РИС ОТВАРНОЙ №304	150	3,80	6,80	38,90	219,30
70,71,80	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(огурец св., помидор св. капуста квашеная огурец сол. помидор сол.)	60	0,60	0,10	1,75	13,20
685	ЧАЙ С САХАРОМ №685	180	0,18	0,00	13,50	52,20
ТТК№68	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №68	50	3,30	0,60	17,10	90,50
	Итого за прием пищи:	530	19,48	15,80	77,15	494,20
	ПОЛДНИК					
	БУЛОЧКА ЮЖАНКА	100	7,50	11,00	64,00	380,00
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №348	200	0,50	0,10	27,40	112,60
	Итого за прием пищи:	**300**	**8,00**	**11,10**	**91,40**	**492,60**
	Всего:	**830**	**27,48**	**26,90**	**168,55**	**986,80**

12-18 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. 373,00
			Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г	
	ЗАВТРАК					
390	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ "ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ" №390	100	12,90	9,20	6,50	132,20
304	РИС ОТВАРНОЙ №304	180	4,56	8,16	46,70	263,16
70,71,80	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(огурец св., помидор св. капуста квашеная огурец сол. помидор сол.)	100	1,00	0,16	2,90	22,00
685	ЧАЙ С САХАРОМ №685	200	0,20	0,00	15,00	58,00
ТТК№68	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №68	50	3,30	0,60	17,10	90,50
	Итого за прием пищи:	**630**	**21,96**	**18,12**	**88,20**	**565,86**
	ПОЛДНИК					
	БУЛОЧКА ЮЖАНКА	100	7,50	11,00	64,00	380,00
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №348	250	0,62	0,10	34,25	140,75
	Итого за прием пищи:	**350**	**8,12**	**11,10**	**98,25**	**520,75**
	Всего:	**980**	**30,08**	**29,22**	**186,45**	**1 086,61**

Повар: Бредихина Полухина И.Ф.
Отв. за питание: Курмашева Д.А.