



Утверждаю



Ежедневное меню

10 день

7-11 лет

№ 03. 2026.

льготное питание

| № рецеп. | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энерг. Ценность ккал |
|----------------------|---|--------------|------------------|---------|--------------|----------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углевод ы, 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 №6 | 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 | Углевод ы, 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 №6 | 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 |

Провер: Жуковская Помирица И.С.

Отв. за питание: Киселев Куртатович Д.А.