

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
для обеспечения горячим питанием обучающихся

Утверждаю  
Директор



**5 день**     13.03.2026

**7-11 ЛЕТ**

| Прием пищи, наименование блюда                     | Масса порции | Пищевые вещества |              |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|--|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|
|  |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |             |
| <b>Завтрак</b>                                     |              |                  |              |              |                               |             |
| КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №175 | 200          | 11,20            | 12,40        | 29,10        | 210,00                        | 175         |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ №3                      | 35/5/10      | 5,80             | 6,88         | 11,60        | 147,00                        | 3           |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685                                | 200          | 0,20             | 0,00         | 15,00        | 58,00                         | 685         |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338                        | 120          | 0,60             | 0,60         | 14,30        | 68,40                         | 338         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                        | <b>570</b>   | <b>17,80</b>     | <b>19,88</b> | <b>70,00</b> | <b>483,40</b>                 |             |
| <b>полдник (ОВЗ)</b>                               |              |                  |              |              |                               |             |
| КРУАССАН №147                                      | 100          | 8,30             | 8,80         | 32,20        | 218,80                        | 147         |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53                          | 200          | 0,30             | 0,00         | 16,00        | 66,40                         | 53          |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                        | <b>300</b>   | <b>8,60</b>      | <b>8,80</b>  | <b>48,20</b> | <b>285,20</b>                 |             |

**12-18 ЛЕТ**

| Прием пищи, наименование блюда                     | Масса порции | Пищевые вещества |              |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|--|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|
|  |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |             |
| <b>Завтрак</b>                                     |              |                  |              |              |                               |             |
| КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №175 | 250          | 14,00            | 15,50        | 36,30        | 272,80                        | 175         |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ №3                      | 35/5/10      | 5,80             | 6,88         | 11,60        | 147,00                        | 3           |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685                                | 200          | 0,20             | 0,00         | 15,00        | 58,00                         | 685         |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338                        | 120          | 0,60             | 0,60         | 14,30        | 68,40                         | 338         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                        | <b>550</b>   | <b>20,60</b>     | <b>22,98</b> | <b>77,20</b> | <b>546,20</b>                 |             |
| <b>полдник (ОВЗ)</b>                               |              |                  |              |              |                               |             |
| КРУАССАН № 147                                     | 100          | 8,30             | 8,80         | 32,20        | 218,80                        | 147         |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53                          | 250          | 0,50             | 0,00         | 20,00        | 98,00                         | 53          |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                        | <b>350</b>   | <b>8,80</b>      | <b>8,80</b>  | <b>52,20</b> | <b>316,80</b>                 |             |