Утверждаю
Директор

Согласовано
Директор
В.В.ГОРБАЧЕВ

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
для обеспечения горячим питанием обучающихся

7 день
14.03.2026г

7-11 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (КАПУСТА КВАШЕНАЯ №3 или ИКРА КАБАЧКОВАЯ №88)	60	0,90	4,30	3,75	57,70	3/88
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 455/363	90/30	9,00	8,70	20,20	205,60	455/363
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303	150	3,99	4,50	17,72	125,90	303
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53	200	0,30	0,00	16,00	66,40	53
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	30	2,37	0,30	14,49	70,90	6
Итого за прием пищи:	**560**	**16,56**	**17,80**	**72,16**	**526,50**	
полдник (ОВЗ)						
БУЛОЧКА СДОБНАЯ №146	100	8,90	9,50	31,50	220,10	146
ЧАЙ С САХАРОМ № 685	200	0,20	0,00	15,00	58,00	685
Итого за прием пищи:	**300**	**9,10**	**9,50**	**46,50**	**278,10**	

12-18 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (КАПУСТА КВАШЕНАЯ №3 или ИКРА КАБАЧКОВАЯ №88)	100	1,80	8,60	7,50	115,40	3/88
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 455/363	100/30	10,90	9,80	22,40	210,60	455/363
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303	160	4,90	4,80	27,30	145,84	303
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53	200	0,30	0,00	16,00	66,40	53
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	30	2,37	0,30	14,49	70,90	6
Итого за прием пищи:	**620**	**20,27**	**23,50**	**87,69**	**609,14**	
полдник (ОВЗ)						
БУЛОЧКА СДОБНАЯ № 146	100	8,90	9,50	31,50	220,10	146
ЧАЙ С САХАРОМ № 685	250	0,30	0,00	22,00	73,00	685
Итого за прием пищи:	**350**	**9,20**	**9,50**	**53,50**	**293,10**	