

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
для обеспечения горячим питанием обучающихся

дата **23.01.2026г.**

тверждаю  
Директор



**10 день**

**7-11 ЛЕТ**

| Прием пищи, наименование блюда              | Масса порции | Пищевые вещества |              |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|---|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|
|   |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |             |
| <b>Завтрак</b>                              |              |                  |              |              |                               |             |
| ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ №154 | 200/30       | 10,9             | 15,3         | 38,8         | 256,9                         | 154         |
| ПЕЧЕНЬЕ №9                                  | 30           | 2,00             | 2,90         | 14,00        | 98,00                         | 9           |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685К                 | 200          | 0,20             | 0,00         | 9,20         | 42,00                         | 685К        |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6                           | 50           | 3,95             | 0,50         | 21,15        | 116,33                        | 6           |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                 | <b>510</b>   | <b>17,05</b>     | <b>18,70</b> | <b>83,15</b> | <b>513,23</b>                 |             |

**полдник (ОВЗ)**

|                           |     |      |      |       |        |     |
|---------------------------|-----|------|------|-------|--------|-----|
| БУЛОЧКА СДОБНАЯ №146      | 100 | 8,90 | 9,50 | 31,50 | 220,10 | 146 |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53 | 200 | 0,30 | 0,00 | 16,00 | 66,40  | 53  |

**12-18 ЛЕТ**

| Прием пищи, наименование блюда              | Масса порции | Пищевые вещества |             |               | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|---|--------------|------------------|-------------|---------------|-------------------------------|-------------|
|   |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г   |                               |             |
| <b>Завтрак</b>                              |              |                  |             |               |                               |             |
| ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ №154 | 250/30       | 12,5             | 16,6        | 48,5          | 321,1                         | 154         |
| ПЕЧЕНЬЕ №9                                  | 50           | 3,30             | 4,30        | 23,30         | 131,20                        | 9           |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685К                 | 200          | 0,20             | 0,00        | 9,20          | 42,00                         | 685К        |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6                           | 50           | 3,95             | 0,50        | 21,15         | 116,33                        | 6           |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                 | <b>560</b>   | <b>19,95</b>     | <b>21,4</b> | <b>102,15</b> | <b>610,63</b>                 |             |

**полдник (ОВЗ)**

|                             |            |             |             |              |               |     |
|-----------------------------|------------|-------------|-------------|--------------|---------------|-----|
| БУЛОЧКА СДОБНАЯ № 146       | 100        | 8,90        | 9,50        | 31,50        | 220,10        | 146 |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53   | 250        | 0,50        | 0,00        | 20,00        | 98,00         | 53  |
| <b>Итого за прием пищи:</b> | <b>350</b> | <b>9,40</b> | <b>9,50</b> | <b>51,50</b> | <b>318,10</b> |     |