Утверждаю
Директор

Согласовано
Директор
В.В.ГОРБАЧЕВА

# ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
## для обеспечения горячим питанием обучающихся

## 4 день
16.04.2026г

### 7-11 ЛЕТ

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецеп-туры |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Завтрак** | | | | | | |
| БЛЮДО ИЗ РЫБЫ (РЫБА,ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ №229 или КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК№106 ) | 90 | 9,1/11,60 | 11,6/11,80 | 10,9/13,0 | 142,3/159,00 | 229/106 |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ №310 | 160 | 3,04 | 4,50 | 24,55 | 151,40 | 310 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686 | 200 | 0,30 | 0,00 | 15,20 | 60,00 | 686 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6 | 50 | 3,95 | 0,50 | 21,15 | 116,33 | 6 |
| **Итого за прием пищи:** | **500** | **16,39/18,89** | **16,6/16,8** | **71,8/73,9** | **470,03/486,73** | |
| **полдник (ОВЗ)** | | | | | | |
| БУЛОЧКА СДОБНАЯ №146 | 100 | 8,90 | 9,50 | 31,50 | 220,10 | 146 |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №51 | 200 | 0,30 | 0,00 | 16,00 | 66,40 | 51 |
| **Итого за прием пищи:** | **300** | **9,20** | **9,50** | **47,50** | **286,50** | |

### 12-18 ЛЕТ

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецеп-туры |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Завтрак** | | | | | | |
| БЛЮДО ИЗ РЫБЫ (РЫБА,ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ №229 или КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК№106.) | 100 | 10,2/12,9 | 12,9/13,10 | 13,3/14,40 | 175,00/176,6 | 229/106 |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ №310 | 200 | 3,80 | 5,74 | 30,68 | 192,80 | 310 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686 | 200 | 0,30 | 0,00 | 15,20 | 60,00 | 686 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6 | 50 | 3,95 | 0,50 | 21,15 | 116,33 | 6 |
| **Итого за прием пищи:** | **550** | **18,25/20,95** | **19,14/19,34** | **80,33/81,43** | **544,13/545,73** | |
| **полдник (ОВЗ)** | | | | | | |
| БУЛОЧКА СДОБНАЯ № 146 | 100 | 8,90 | 9,50 | 31,50 | 220,10 | 146 |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №51 | 250 | 0,38 | 0,00 | 20,00 | 83,00 | 51 |
| **Итого за прием пищи:** | **350** | **9,28** | **9,50** | **51,50** | **303,10** | |