

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
для обеспечения горячим питанием обучающихся



**4 день**

**7-11 ЛЕТ**

| Прием пищи, наименование блюда           | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                          |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
| Завтрак                                  |              |                  |         |             |                               |             |
| КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С ТВОРОГОМ ТТК №33 | 200          | 7,50             | 7,00    | 32,00       | 222,70                        | ТТК №33     |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ 35/10/5 ТТК №9         | 50           | 5,00             | 7,30    | 17,60       | 156,70                        | ТТК №9      |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ЯБЛОКО ТТК №18             | 120          | 0,50             | 0,50    | 11,80       | 56,40                         | ТТК №18     |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ ТТК №10а      | 200          | 3,00             | 3,10    | 12,10       | 89,00                         | ТТК №10а    |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №5                    | 20           | 1,50             | 0,10    | 10,00       | 47,40                         | ТТК №5      |
| Итого за прием пищи:                     | 590          | 17,50            | 18,00   | 83,50       | 572,20                        |             |
| Полдник (овз)                            |              |                  |         |             |                               |             |
| РОЖКИ СДОБНЫЕ ТТК №56                    | 100          | 6,50             | 10,00   | 47,00       | 360,00                        | ТТК №56     |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК № 15         | 200          | 0,30             | 0,00    | 15,20       | 60,00                         | ТТК № 15    |
| Итого за прием пищи:                     | 300          | 6,80             | 10,00   | 62,20       | 420,00                        |             |

**12-18 ЛЕТ**

| Прием пищи, наименование блюда           | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                          |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
| Завтрак                                  |              |                  |         |             |                               |             |
| КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С ТВОРОГОМ ТТК №33 | 250          | 9,38             | 8,75    | 38,00       | 268,30                        | ТТК №33     |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ 35/10/5 ТТК №9         | 50           | 5,00             | 7,30    | 17,60       | 156,70                        | ТТК №9      |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ЯБЛОКО ТТК №18             | 120          | 0,50             | 0,50    | 11,80       | 56,40                         | ТТК №18     |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ ТТК№10а       | 200          | 3,00             | 3,10    | 12,10       | 89,00                         | ТТК №10     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №5                    | 30           | 2,30             | 0,20    | 15,10       | 71,10                         | ТТК №5      |
| Итого за прием пищи:                     | 650          | 20,18            | 19,85   | 94,60       | 641,50                        |             |
| Полдник (овз)                            |              |                  |         |             |                               |             |
| РОЖКИ СДОБНЫЕ ТТК№56                     | 100          | 6,50             | 10,00   | 47,00       | 360,00                        | ТТК №56     |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК № 15         | 250          | 0,46             | 0,00    | 23,75       | 93,75                         | ТТК № 15    |
| Итого за прием пищи:                     | 350          | 6,96             | 10,00   | 70,75       | 453,75                        |             |