



МЕНЮ

на

21.09.

2026г.

ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорий ность	№ по сборнику рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-6							
Тефтели с соусом 2-вариант	90/30	8,4	15,1	14,3	213,8	462/593/ 2004	
Каша вязкая гречневая	150	6,1	4,8	37,8	178,2	302/2004	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК№ 6	
Чай с сахаром и лимоном	200/15 /5	0,2	0,0	15,0	61,6	377/201 1	
Итого за прием пищи:	530	17,7	20,1	86,6	545,5		
Полдник							
Кондитерские изделия(печенье,вафли)	20	1,6	2,0	14,4	80,8		
Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	45,6	338/2011	
Чай с сахаром	180	0,1	0,0	14,8	59,3	376/2011	
Итого за прием пищи:	300	2,1	2,4	38,7	185,7		157,89
Всего за день:		19,8	22,5	125,3	731,2		
ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-6							
Тефтели с соусом 2-вариант	100/30	9,4	20,9	15,9	248,0	462/593/ 2004	
Каша вязкая гречневая	180	7,3	5,8	33,4	213,8	302/2004	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК№ 6	
Чай с сахаром и лимоном	200/15 /5	0,3	0,0	14,8	60,0	377/201 1	
Итого за прием пищи:	570	20,0	26,9	83,6	613,7		
Полдник							
Кондитерские изделия(печенье,вафли)	50	4,0	5,0	36,0	202,0		
Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	45,6	338/2011	
Чай с сахаром каркаде	200/15	0,2	0,0	15,0	60,5	685/2004	
Итого за прием пищи:	365	4,5	5,4	62,8	306,9		
Всего за день:		24,5	32,3	146,4	920,6		157,89

Зав. производством:

Экономист по ценам: