

# ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

для обеспечения горячим питанием обучающихся

21.01.2026

8 день

7-11 ЛЕТ

Утверждаю  
Директор



| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|--------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |

## Завтрак

|                                                         |     |       |       |       |        |     |
|---------------------------------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|-----|
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ или ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ) № 1 | 60  | 0,41  | 0,1   | 0,84  | 5,0    | 1   |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ № 259                               | 200 | 11,92 | 18,10 | 45,30 | 305,00 | 259 |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685                                     | 200 | 0,20  | 0,00  | 15,00 | 58,00  | 685 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                      | 50  | 3,95  | 0,50  | 21,15 | 116,33 | 6   |
| Итого за прием пищи:                                    | 510 | 16,48 | 18,7  | 82,29 | 484,3  |     |

## полдник (ОВЗ)

|                              |     |      |      |       |        |      |
|------------------------------|-----|------|------|-------|--------|------|
| КРУАССАН № 147               | 100 | 8,30 | 8,80 | 32,20 | 218,80 | 147  |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ № 685K | 200 | 0,20 | 0,00 | 9,20  | 42,00  | 685K |
| Итого за прием пищи:         | 300 | 8,50 | 8,80 | 41,40 | 260,80 |      |

12-18 ЛЕТ

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|--------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |

## Завтрак

|                                                         |     |       |       |       |        |     |
|---------------------------------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|-----|
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ или ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ) № 1 | 100 | 0,5   | 0,1   | 1,01  | 6,0    | 1   |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ № 259                               | 250 | 14,30 | 20,50 | 53,40 | 406,00 | 259 |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685                                     | 200 | 0,20  | 0,00  | 15,00 | 58,00  | 685 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                          | 50  | 3,95  | 0,50  | 21,15 | 116,33 | 6   |
| Итого за прием пищи:                                    | 600 | 18,95 | 21,06 | 90,56 | 586,33 |     |

## полдник (ОВЗ)

|                              |     |      |      |       |        |      |
|------------------------------|-----|------|------|-------|--------|------|
| КРУАССАН № 147               | 100 | 8,30 | 8,80 | 32,20 | 218,80 | 147  |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ № 685K | 250 | 0,30 | 0,00 | 13,50 | 60,50  | 685K |
| Итого за прием пищи:         | 350 | 8,60 | 8,80 | 45,70 | 279,30 |      |