



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
для обеспечения горячим питанием обучающихся



5 день

7-11 ЛЕТ

| Прием пищи, наименование блюда                     | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|----------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                                    |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
| Завтрак                                            |              |                  |         |             |                               |             |
| КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №175 | 160          | 10,86            | 11,92   | 27,76       | 206,00                        | 175         |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ №2                            | 30/20        | 5,00             | 4,40    | 25,20       | 156,00                        | 2           |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685                                | 200          | 0,20             | 0,00    | 15,00       | 58,00                         | 685         |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338                        | 120          | 0,60             | 0,60    | 14,30       | 68,40                         | 338         |
|                                                    |              |                  |         |             |                               |             |
| Итого за прием пищи:                               | 530          | 16,66            | 16,92   | 82,26       | 488,40                        |             |
| полдник (ОВЗ)                                      |              |                  |         |             |                               |             |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ ТК №54-3С                 | 200          | 4,72             | 5,76    | 13,60       | 125,60                        | ТК№54-3С    |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 376                                | 200          | 0,20             | 0,00    | 15,00       | 58,00                         | ТК№376      |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6                              | 30           | 2,34             | 0,30    | 14,46       | 70,08                         | ТТК№6       |
| Итого за прием пищи:                               | 430          | 7,26             | 6,06    | 43,06       | 253,68                        |             |

12-18 ЛЕТ

| Прием пищи, наименование блюда                     | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|----------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                                    |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
| Завтрак                                            |              |                  |         |             |                               |             |
| КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №175 | 180          | 13,60            | 13,90   | 31,25       | 270,00                        | 175         |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ №2                            | 30/20        | 5,00             | 4,40    | 25,20       | 156,00                        | 2           |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685                                | 200          | 0,20             | 0,00    | 15,00       | 58,00                         | 685         |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338                        | 120          | 0,60             | 0,60    | 14,30       | 68,40                         | 338         |
| Итого за прием пищи:                               | 550          | 19,40            | 18,90   | 85,75       | 552,40                        |             |
| полдник (ОВЗ)                                      |              |                  |         |             |                               |             |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ ТК №54-3С                 | 250          | 5,90             | 7,20    | 17,02       | 157,00                        | ТК№54-3С    |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 376                                | 200          | 0,20             | 0,00    | 15,00       | 58,00                         | ТК№376      |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6                              | 40           | 3,12             | 0,40    | 19,28       | 87,60                         | ТТК№6       |
| Итого за прием пищи:                               | 490          | 9,22             | 7,60    | 51,30       | 302,60                        |             |