

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
для обеспечения горячим питанием обучающихся

Утверждаю
Директор Киселев Д.Г.
12.01.2026



Согласовано
Директор
Иванов В.А.

7 день

7-11 ЛЕТ

07.04.2026г.

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|---|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (КАПУСТА КВАШЕНАЯ №3 или ИКРА КАБАЧКОВАЯ №88) | 60 | 0,90 | 4,30 | 3,75 | 57,70 | 3/88 |
| КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 455/363 | 90/30 | 9,00 | 8,70 | 20,20 | 205,60 | 455/363 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303 | 150 | 3,99 | 4,50 | 17,72 | 125,90 | 303 |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53 | 200 | 0,30 | 0,00 | 16,00 | 66,40 | 53 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6 | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 70,90 | 6 |
| Итого за прием пищи: | 560 | 16,56 | 17,80 | 72,16 | 526,50 | |
| полдник (ОВЗ) | | | | | | |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ ТК №54-1с | 200 | 4,64 | 5,60 | 5,72 | 92,16 | 146 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТК № 377 | 200 | 0,30 | 0,00 | 15,20 | 60,00 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6 | 30 | 2,34 | 0,30 | 14,46 | 70,08 | 685 |
| Итого за прием пищи: | 430 | 7,28 | 5,90 | 35,38 | 222,24 | |

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 (КАПУСТА КВАШЕНАЯ №3 или ИКРА КАБАЧКОВАЯ №88) | 100 | 1,80 | 8,60 | 7,50 | 115,40 | 3/88 |
| КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 455/363 | 100/30 | 10,90 | 9,80 | 22,40 | 210,60 | 455/363 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303 | 160 | 4,90 | 4,90 | 27,30 | 145,84 | 303 |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53 | 200 | 0,30 | 0,00 | 16,00 | 66,40 | 53 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6 | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 70,90 | 6 |
| Итого за прием пищи: | 620 | 20,27 | 23,60 | 87,69 | 609,14 | |
| полдник (ОВЗ) | | | | | | |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ ТК №54-1с | 250 | 5,80 | 7,00 | 7,15 | 115,20 | 146 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТК № 377 | 200 | 0,30 | 0,00 | 15,20 | 60,00 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6 | 40 | 3,12 | 0,40 | 19,28 | 87,60 | 685 |
| Итого за прием пищи: | 490 | 9,22 | 7,40 | 41,63 | 262,80 | |