

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
для обеспечения горячим питанием обучающихся

Утверждаю  
и.о.директора

Согласовано  
и.о.директора



Ю.А.Горьковенко

04.09.2025 г.

на 04.09.2025 г.

на

4 день

7-11 ЛЕТ

| Прием пищи, наименование блюда                                                                    | Масса порции | Пищевые вещества |            |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|------------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                                                                                   |              | Белки, г         | Жиры, г    | Углеводы, г |                               |             |
| Завтрак                                                                                           |              |                  |            |             |                               |             |
| БЛЮДО ИЗ РЫБЫ (РЫБА,ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ №229 или КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК№106 ) | 90           | 9,1/11,60        | 11,6/11,80 | 10,9/13,0   | 142,3/159,00                  | 229/106     |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ №310                                                                  | 160          | 3.04             | 4.50       | 24.55       | 151.40                        | 310         |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686                                                                      | 200          | 0.30             | 0.00       | 15.20       | 60.00                         | 686         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6                                                                                 | 50           | 3.95             | 0.50       | 21.15       | 116.33                        | 6           |
| Итого за прием пищи:                                                                              | 500          | 16,39/18,89      | 16,6/16,8  | 71,8/73,9   | 470,03/486,73                 |             |
| полдник (ОВЗ)                                                                                     |              |                  |            |             |                               |             |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ ТК № 54-3С                                                               | 200          | 4.72             | 5.76       | 13.60       | 125.60                        | ТК№54-3с    |
| ЧАЙ С САХАРОМ ТК № 685                                                                            | 200          | 0.20             | 0.00       | 15.00       | 58.00                         | 685         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6                                                                             | 30           | 2.37             | 0.30       | 14.49       | 70.90                         | 6           |
| Итого за прием пищи:                                                                              | 430          | 7.29             | 6.06       | 43.09       | 254.50                        |             |

12-18 ЛЕТ

| Прием пищи, наименование блюда                                                                    | Масса порции | Пищевые вещества |             |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                                                                                   |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г |                               |             |
| Завтрак                                                                                           |              |                  |             |             |                               |             |
| БЛЮДО ИЗ РЫБЫ (РЫБА,ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ №229 или КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК№106 ) | 100          | 10,2/12,9        | 12,9/13,10  | 13,3/14,40  | 175,00/176,6                  | 229/106     |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ №310                                                                  | 200          | 3.80             | 5.74        | 30.68       | 192.80                        | 310         |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686                                                                      | 200          | 0.30             | 0.00        | 15.20       | 60.00                         | 686         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6                                                                                 | 50           | 3.95             | 0.50        | 21.15       | 116.33                        | 6           |
| Итого за прием пищи:                                                                              | 550          | 18,25/20,95      | 19,14/19,34 | 80,33/81,43 | 544,13/545,73                 |             |
| полдник (ОВЗ)                                                                                     |              |                  |             |             |                               |             |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ ТК № 54-3С                                                               | 250          | 5.90             | 7.20        | 17.02       | 157.00                        | ТК№54-3с    |
| ЧАЙ С САХАРОМ ТК № 685                                                                            | 200          | 0.20             | 0.00        | 15.00       | 58.00                         | 685         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6                                                                             | 40           | 3.12             | 0.40        | 19.28       | 87.60                         | 6           |
| Итого за прием пищи:                                                                              | 490          | 9.22             | 7.60        | 51.30       | 302.60                        |             |