

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
для обеспечения горячим питанием обучающихся

Утверждаю
и.о.директора

Согласовано
и.о.директора



Ю.А.Горьковенко

на 15.10.2025 г

3 день

7-11 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОР СОЛЕНЫЙ или ПОМИДОР СВЕЖИЙ) № 27	60	0.6	0.0	1.4	8.0	27
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ № 492	200	15.10	18.00	30.20	345.80	492
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53	200	0.30	0.00	16.00	66.40	53
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	50	3.13	0.50	20.63	99.00	7
Итого за прием пищи:	510	19.13	18.50	68.23	519.20	
полдник (OB3)						
БЛИНЧИКИ (ОЛАДЬИ) С ПОВИДЛОМ № 13/14	70/30	2.20	4.20	18.60	121.20	13/14
СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ) № 389	200	0.20	0.20	16.50	112.70	389
Итого за прием пищи:	300	2.40	4.40	35.10	233.90	

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 (ПОМИДОР СОЛЕНЫЙ или ПОМИДОР СВЕЖИЙ) № 27	100	1.1	0.0	2.3	18.0	27
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ № 492	220	16.50	22.44	38.70	432.25	492
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53	200	0.30	0.00	16.00	66.40	53
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	50	3.13	0.50	20.63	99.00	7
Итого за прием пищи:	570	21.03	22.94	77.63	615.65	
полдник (OB3)						
БЛИНЧИКИ (ОЛАДЬИ) С ПОВИДЛОМ № 13/14	70/30	2.20	4.20	18.60	121.20	13/14
СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ) № 389	250	0.25	0.25	20.62	160.00	389
Итого за прием пищи:	350	2.45	4.45	39.31	281.20	