

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
для обеспечения горячим питанием обучающихся

Утверждаю
и.о.директора

Согласовано
и.о.директора



Ю.А.Горьковенко

04.09.2025 г.

на 16.10.2025 г.

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, ТУШЕННАЯ 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 (ОВ3)

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, ТУШЕННАЯ 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 (ОВ3)

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	