

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
для обеспечения горячим питанием обучающихся

Утверждаю
и.о.директора

Согласовано
и.о.директора



Ю.А.Горьковенко

Ю.А.Горьковенко

на 21.10.2025 г.

7 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 (КАПУСТА КВАШЕННАЯ №3 или ИКРА КАБАЧКОВАЯ №88)	60	0.90	4.30	3.75	57.70	3/88
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ 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 (OB3)						
БЛИНЧИКИ (ОЛАДЬИ) С ПОВИДЛОМ № 13/14	70/30	2.20	4.20	18.60	121.20	13/14
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379	200	3.16	2.66	15.94	100.60	379
Итого за прием пищи:	300	5.36	6.86	34.54	221.80	

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 КВАШЕННАЯ №3 или ИКРА КАБАЧКОВАЯ №88)	100	1.80	8.60	7.50	115.40	3/88
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ 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 (OB3)						
БЛИНЧИКИ (ОЛАДЬИ) С ПОВИДЛОМ № 13/14	70/30	2.20	4.20	18.60	121.20	13/14
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379	250	4.35	4.00	23.40	150.10	379
Итого за прием пищи:	350	6.55	8.20	42.00	271.30	