

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
для обеспечения горячим питанием обучающихся

18.11.2025

**2 день**

**7-11 ЛЕТ**



| Прием пищи, наименование блюда                        | Масса порции | Пищевые вещества |              |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|---|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|
|   |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |             |
| <b>Завтрак</b>  |              |                  |              |              |                               |             |
| СВЕКЛА ОТВАРНАЯ №2                                    | 60/2         | 0,9              | 0,1          | 5,1          | 24,4                          | 2           |
| ТЕФТЕЛИ С РИСОМ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №307/363 | 90/30        | 10,90            | 10,90        | 13,50        | 205,60                        | 307/363     |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303                   | 150          | 3,99             | 4,50         | 17,72        | 125,90                        | 303         |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685                                   | 200          | 0,20             | 0,00         | 15,00        | 58,00                         | 685         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                               | 50           | 3,13             | 0,50         | 20,63        | 99,00                         | 7           |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                           | <b>582</b>   | <b>19,12</b>     | <b>16,00</b> | <b>71,95</b> | <b>512,90</b>                 |             |
| <b>полдник (ОВЗ)</b>                                  |              |                  |              |              |                               |             |
| КРУАССАН № 147  | 100          | 8,30             | 8,80         | 32,20        | 218,80                        | 147         |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379                      | 200          | 3,16             | 2,66         | 15,94        | 100,60                        | 379         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                           | <b>300</b>   | <b>11,46</b>     | <b>11,46</b> | <b>48,14</b> | <b>319,40</b>                 |             |

**12-18 ЛЕТ**

| Прием пищи, наименование блюда                        | Масса порции | Пищевые вещества |              |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|---|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|
|   |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |             |
| <b>Завтрак</b>  |              |                  |              |              |                               |             |
| СВЕКЛА ОТВАРНАЯ №2                                    | 100/2        | 1,5              | 0,1          | 8,5          | 40,7                          | 2           |
| ТЕФТЕЛИ С РИСОМ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №307/363 | 100/30       | 12,70            | 12,80        | 15,50        | 227,30                        | 307/363     |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303                   | 160          | 4,90             | 4,90         | 27,30        | 145,84                        | 303         |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685                                   | 200          | 0,20             | 0,00         | 15,00        | 58,00                         | 685         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                               | 50           | 3,13             | 0,50         | 20,63        | 99,00                         | 7           |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                           | <b>642</b>   | <b>22,4</b>      | <b>18,3</b>  | <b>86,9</b>  | <b>570,8</b>                  |             |
| <b>полдник (ОВЗ)</b>                                  |              |                  |              |              |                               |             |
| КРУАССАН № 147  | 100          | 8,30             | 8,80         | 32,20        | 218,80                        | 147         |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379                      | 250          | 4,35             | 4,00         | 23,40        | 150,10                        | 379         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                           | <b>350</b>   | <b>12,65</b>     | <b>12,80</b> | <b>55,60</b> | <b>368,90</b>                 |             |