

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
для обеспечения горячим питанием обучающихся

Утверждаю  
Директор



**2 день**

7-11 ЛЕТ

27.01.2026г

| Прием пищи, наименование блюда                         | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|--------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
| Завтрак                                                |              |                  |         |             |                               |             |
| 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           |
| Итого за прием пищи:                                   | 582          | 19,12            | 16,00   | 71,95       | 512,90                        |             |
| Полдник                                                |              |                  |         |             |                               |             |
| 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         |
| Итого за прием пищи:                                   | 300          | 11,46            | 11,46   | 48,14       | 319,40                        |             |

12-18 ЛЕТ

| Прием пищи, наименование блюда                         | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|--------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
| Завтрак                                                |              |                  |         |             |                               |             |
| 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           |
| Итого за прием пищи:                                   | 642          | 22,4             | 18,3    | 86,9        | 570,8                         |             |
| полдник (ОВЗ)                                          |              |                  |         |             |                               |             |
| 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         |
| Итого за прием пищи:                                   | 350          | 12,65            | 12,80   | 55,60       | 368,90                        |             |