

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
для обеспечения горячим питанием обучающихся

08.10.25



**8 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 (ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ или ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ № 1 | 60           | 0,41             | 0,1     | 0,84        | 5,0                           | 1           |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ № 259                              | 200          | 11,92            | 18,10   | 45,30       | 305,00                        | 259         |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685                                    | 200          | 0,20             | 0,00    | 15,00       | 58,00                         | 685         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6                                      | 50           | 3,95             | 0,50    | 21,15       | 116,33                        | 6           |
| Итого за прием пищи:                                   | 510          | 16,48            | 18,7    | 82,29       | 484,3                         |             |
| полдник (ОВЗ)                                          |              |                  |         |             |                               |             |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ № 72                                 | 100          | 9,60             | 11,60   | 11,60       | 183,60                        | 72          |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685К                            | 200          | 0,20             | 0,00    | 9,20        | 42,00                         | 685К        |
| Итого за прием пищи:                                   | 300          | 9,80             | 11,60   | 20,80       | 225,60                        |             |

**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 (ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ или ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ) № 1 | 100          | 0,5              | 0,1     | 1,01        | 6,0                           | 1           |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ № 259                               | 250          | 14,30            | 20,50   | 53,40       | 406,00                        | 259         |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685                                     | 200          | 0,20             | 0,00    | 15,00       | 58,00                         | 685         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                          | 50           | 3,95             | 0,50    | 21,15       | 116,33                        | 6           |
| Итого за прием пищи:                                    | 600          | 18,95            | 21,06   | 90,56       | 586,33                        |             |
| полдник (ОВЗ)                                           |              |                  |         |             |                               |             |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ № 72                                  | 150          | 14,40            | 17,40   | 17,40       | 275,40                        | 72          |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685К                             | 200          | 0,20             | 0,00    | 9,20        | 42,00                         | 685К        |
| Итого за прием пищи:                                    | 350          | 14,60            | 17,40   | 26,60       | 317,40                        |             |