

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
для обеспечения горячим питанием обучающихся

Утверждаю

Директор Киселев Д.Г.

12.01.2026



27.01.2026г.

**2 день**

**7-11 ЛЕТ**



| 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 (ОВЗ)                                         |              |                  |         |             |                               |             |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТК №54-7С    | 200          | 5,12             | 2,80    | 1,84        | 119,60                        | ТК №54-7С   |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТК № 686                      | 200          | 0,30             | 0,00    | 15,20       | 60,00                         | 686         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6                                     | 30           | 2,37             | 0,30    | 14,49       | 70,09                         | 6           |
| Итого за прием пищи:                                  | 430          | 7,79             | 3,10    | 31,53       | 250,50                        |             |

**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            | 12,90   | 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             | 18,4    | 86,9        | 570,8                         |             |
| полдник (ОВЗ)                                         |              |                  |         |             |                               |             |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТК №54-7С    | 250          | 6,40             | 3,50    | 2,30        | 149,50                        | ТК№54-7С    |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТК № 686                      | 200          | 0,30             | 0,00    | 15,20       | 60,00                         | 686         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6                                     | 40           | 3,12             | 0,40    | 19,28       | 87,60                         | 6           |
| Итого за прием пищи:                                  | 490          | 9,82             | 3,90    | 36,78       | 297,10                        |             |