



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
для обеспечения горячим питанием обучающихся

27.10.2025



1 день

7-11 ЛЕТ

| Прием пищи, наименование блюда        | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|---------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                       |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
| Завтрак                               |              |                  |         |             |                               |             |
| КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ ТТК №302 | 200          | 7,13             | 9,20    | 34,40       | 210,20                        | ТТК №302    |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6                     | 50           | 3,95             | 0,50    | 21,15       | 116,33                        | 6           |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ №3         | 35/5/10      | 5,80             | 8,00    | 11,60       | 147,00                        | 3           |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379      | 200          | 3,16             | 2,66    | 15,94       | 100,60                        | 379         |
| Итого за прием пищи:                  | 500          | 20,04            | 20,36   | 83,09       | 574,13                        |             |
| полдник (ОВЗ)                         |              |                  |         |             |                               |             |
| БУЛОЧКА СДОБНАЯ №146                  | 100          | 8,90             | 9,50    | 31,50       | 220,10                        | 146         |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53             | 200          | 0,30             | 0,00    | 16,00       | 66,40                         | 53          |
| Итого за прием пищи:                  | 300          | 9,20             | 9,50    | 47,50       | 286,50                        |             |

12-18 ЛЕТ

| Прием пищи, наименование блюда        | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|---------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                       |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
| Завтрак                               |              |                  |         |             |                               |             |
| КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ ТТК №302 | 250          | 8,90             | 11,50   | 43,00       | 262,75                        | ТТК №302    |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6                     | 50           | 3,95             | 0,50    | 21,15       | 116,33                        | 6           |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ №3         | 35/5/10      | 5,80             | 8,00    | 11,60       | 147,00                        | 3           |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379      | 200          | 3,16             | 2,66    | 15,94       | 100,60                        | 379         |
| Итого за прием пищи:                  | 550          | 21,81            | 22,66   | 91,69       | 626,68                        |             |
| полдник (ОВЗ)                         |              |                  |         |             |                               |             |
| БУЛОЧКА СДОБНАЯ № 146                 | 100          | 8,90             | 9,50    | 31,50       | 220,10                        | 146         |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53             | 250          | 0,50             | 0,00    | 20,00       | 98,00                         | 53          |
| Итого за прием пищи:                  | 350          | 9,40             | 9,50    | 51,50       | 318,10                        |             |



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
для обеспечения горячим питанием обучающихся

14.10.2025

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)                                          |              |                  |         |             |                               |             |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338                            | 120          | 0,6              | 0,6     | 14,3        | 68,4                          | 338         |
| 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:                                   | 420          | 12,60            | 12,06   | 62,44       | 387,80                        |             |

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)                                          |              |                  |         |             |                               |             |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338                            | 120          | 0,6              | 0,6     | 14,3        | 68,4                          | 338         |
| 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:                                   | 470          | 13,25            | 13,40   | 69,90       | 437,30                        |             |



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
для обеспечения горячим питанием обучающихся

15.10.2025

3 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 (ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ или ПОМИДОР СВЕЖИЙ) № 27 | 60           | 0,6              | 0,0     | 1,4         | 8,0                           | 27          |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ № 492                                        | 200          | 15,10            | 18,00   | 30,20       | 345,80                        | 492         |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53                                  | 200          | 0,30             | 0,00    | 16,00       | 66,40                         | 53          |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                                    | 50           | 3,13             | 0,50    | 20,63       | 99,00                         | 7           |
| Итого за прием пищи:                                       | 510          | 19,13            | 18,50   | 68,23       | 519,20                        |             |
| полдник (ОВЗ)                                              |              |                  |         |             |                               |             |
| ПИРОЖОК В АССОРТИМЕНТЕ № 140                               | 100          | 8,80             | 9,60    | 33,70       | 226,90                        | 140         |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685                                        | 200          | 0,20             | 0,00    | 15,00       | 58,00                         | 685         |
| Итого за прием пищи:                                       | 300          | 9,00             | 9,60    | 48,70       | 284,90                        |             |

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 (ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ или ПОМИДОР СВЕЖИЙ) № 27 | 100          | 1,1              | 0,0     | 2,3         | 18,0                          | 27          |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ № 492                                        | 220          | 16,50            | 22,44   | 38,70       | 432,25                        | 492         |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53                                  | 200          | 0,30             | 0,00    | 16,00       | 66,40                         | 53          |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                                    | 50           | 3,13             | 0,50    | 20,63       | 99,00                         | 7           |
| Итого за прием пищи:                                       | 570          | 21,03            | 22,94   | 77,63       | 615,65                        |             |
| полдник (ОВЗ)                                              |              |                  |         |             |                               |             |
| ПИРОЖОК В АССОРТИМЕНТЕ №140                                | 100          | 8,80             | 9,60    | 33,70       | 226,90                        | 140         |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685                                        | 250          | 0,30             | 0,00    | 22,00       | 73,00                         | 685         |
| Итого за прием пищи:                                       | 350          | 9,10             | 9,60    | 55,70       | 299,90                        |             |



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
для обеспечения горячим питанием обучающихся

16.10.2025

4 день

7-11 ЛЕТ



| Прием пищи, наименование блюда                                                                      | Масса порции | Пищевые вещества |            |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|------------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                                                                                     |              | Белки, г         | Жиры, г    | Углеводы, г |                               |             |
| Завтрак                                                                                             |              |                  |            |             |                               |             |
| БЛЮДО ИЗ РЫБЫ (РЫБА, ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ № 229 или КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК№106 ) | 90           | 9,1/11,60        | 11,6/11,80 | 10,9/13,0   | 142,3/159,00                  | 229/106     |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ №310                                                                    | 160          | 3,04             | 4,50       | 24,55       | 151,40                        | 310         |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686                                                                        | 200          | 0,30             | 0,00       | 15,20       | 60,00                         | 686         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6                                                                                   | 50           | 3,95             | 0,50       | 21,15       | 116,33                        | 6           |
| Итого за прием пищи:                                                                                | 500          | 16,39/18,89      | 16,6/16,8  | 71,8/73,9   | 470,03/486,73                 |             |
| полдник (ОВЗ)                                                                                       |              |                  |            |             |                               |             |
| БУЛОЧКА СДОБНАЯ №146                                                                                | 100          | 8,90             | 9,50       | 31,50       | 220,10                        | 146         |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №51                                                                                 | 200          | 0,30             | 0,00       | 16,00       | 66,40                         | 51          |
| Итого за прием пищи:                                                                                | 300          | 9,20             | 9,50       | 47,50       | 286,50                        |             |

12-18 ЛЕТ

| Прием пищи, наименование блюда                                                                      | Масса порции | Пищевые вещества |             |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                                                                                     |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г |                               |             |
| Завтрак                                                                                             |              |                  |             |             |                               |             |
| БЛЮДО ИЗ РЫБЫ (РЫБА, ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ № 229 или КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК№106 ) | 100          | 10,2/12,9        | 12,9/13,10  | 13,3/14,40  | 175,00/176,6                  | 229/106     |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ №310                                                                    | 200          | 3,80             | 5,74        | 30,68       | 192,80                        | 310         |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686                                                                        | 200          | 0,30             | 0,00        | 15,20       | 60,00                         | 686         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6                                                                                   | 50           | 3,95             | 0,50        | 21,15       | 116,33                        | 6           |
| Итого за прием пищи:                                                                                | 550          | 18,25/20,95      | 19,14/19,34 | 80,33/81,43 | 544,13/545,73                 |             |
| полдник (ОВЗ)                                                                                       |              |                  |             |             |                               |             |
| БУЛОЧКА СДОБНАЯ № 146                                                                               | 100          | 8,90             | 9,50        | 31,50       | 220,10                        | 146         |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №51                                                                                 | 250          | 0,38             | 0,00        | 20,00       | 83,00                         | 51          |
| Итого за прием пищи:                                                                                | 350          | 9,28             | 9,50        | 51,50       | 303,10                        |             |



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
для обеспечения горячим питанием обучающихся

17.10.2025

5 день

7-11 ЛЕТ



| Прием пищи, наименование блюда                     | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|----------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                                    |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
| Завтрак                                            |              |                  |         |             |                               |             |
| КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №175 | 160          | 10,86            | 11,92   | 27,76       | 206,00                        | 175         |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ №2                            | 30/20        | 5,00             | 4,40    | 25,20       | 156,00                        | 2           |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685                                | 200          | 0,20             | 0,00    | 15,00       | 58,00                         | 685         |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338                        | 120          | 0,60             | 0,60    | 14,30       | 68,40                         | 338         |
|                                                    |              |                  |         |             |                               |             |
| Итого за прием пищи:                               | 530          | 16,66            | 16,92   | 82,26       | 488,40                        |             |
| полдник (ОВЗ)                                      |              |                  |         |             |                               |             |
| КРУАССАН №147                                      | 100          | 8,30             | 8,80    | 32,20       | 218,80                        | 147         |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53                          | 200          | 0,30             | 0,00    | 16,00       | 66,40                         | 53          |
| Итого за прием пищи:                               | 300          | 8,60             | 8,80    | 48,20       | 285,20                        |             |

12-18 ЛЕТ

| Прием пищи, наименование блюда                     | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|----------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                                    |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
| Завтрак                                            |              |                  |         |             |                               |             |
| КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №175 | 180          | 13,60            | 13,90   | 31,25       | 270,00                        | 175         |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ №2                            | 30/20        | 5,00             | 4,40    | 25,20       | 156,00                        | 2           |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685                                | 200          | 0,20             | 0,00    | 15,00       | 58,00                         | 685         |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338                        | 120          | 0,60             | 0,60    | 14,30       | 68,40                         | 338         |
| Итого за прием пищи:                               | 550          | 19,40            | 18,90   | 85,75       | 552,40                        |             |
| полдник (ОВЗ)                                      |              |                  |         |             |                               |             |
| КРУАССАН № 147                                     | 100          | 8,30             | 8,80    | 32,20       | 218,80                        | 147         |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53                          | 250          | 0,50             | 0,00    | 20,00       | 98,00                         | 53          |
| Итого за прием пищи:                               | 350          | 8,80             | 8,80    | 52,20       | 316,80                        |             |



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
для обеспечения горячим питанием обучающихся

20.10.2025

6 день

7-11 ЛЕТ



| Прием пищи, наименование блюда     | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                    |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
| Завтрак                            |              |                  |         |             |                               |             |
| КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ №181 | 160          | 7,20             | 8,70    | 33,81       | 211,64                        | 181         |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ №3      | 35/5/10      | 5,80             | 8,00    | 11,60       | 147,00                        | 3           |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379   | 200          | 3,16             | 2,66    | 15,94       | 100,60                        | 379         |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338        | 120          | 0,60             | 0,60    | 14,30       | 68,40                         | 338         |
| Итого за прием пищи:               | 530          | 16,76            | 19,96   | 75,65       | 527,64                        |             |
| полдник (ОВЗ)                      |              |                  |         |             |                               |             |
| ПИРОЖОК В АССОРТИМЕНТЕ № 140       | 100          | 8,80             | 9,60    | 33,70       | 226,90                        | 140         |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685                | 200          | 0,20             | 0,00    | 15,00       | 58,00                         | 685         |
| Итого за прием пищи:               | 300          | 9,00             | 9,60    | 48,70       | 284,90                        |             |

12-18 ЛЕТ

| Прием пищи, наименование блюда     | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                    |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
| Завтрак                            |              |                  |         |             |                               |             |
| КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ №181 | 180          | 9,50             | 9,20    | 35,66       | 238,06                        | 181         |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ №3      | 35/5/10      | 5,80             | 8,00    | 11,60       | 147,00                        | 3           |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379   | 200          | 3,16             | 2,66    | 15,94       | 100,60                        | 379         |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338        | 120          | 0,60             | 0,60    | 14,30       | 68,40                         | 338         |
| Итого за прием пищи:               | 550          | 19,06            | 20,46   | 77,50       | 554,06                        |             |
| полдник (ОВЗ)                      |              |                  |         |             |                               |             |
| ПИРОЖОК В АССОРТИМЕНТЕ №140        | 100          | 8,80             | 9,60    | 33,70       | 226,90                        | 140         |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685                | 250          | 0,30             | 0,00    | 22,00       | 73,00                         | 685         |
| Итого за прием пищи:               | 350          | 9,10             | 9,60    | 55,70       | 299,90                        |             |



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
для обеспечения горячим питанием обучающихся

21.10.2025

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 КВАШЕНАЯ №3 или ИКРА КАБАЧКОВАЯ №88)                  | 60           | 0,90             | 4,30    | 3,75        | 57,70                         | 3/88        |
| КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ 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 (ОВЗ)                                                                   |              |                  |         |             |                               |             |
| БУЛОЧКА СДОБНАЯ №146                                                            | 100          | 8,90             | 9,50    | 31,50       | 220,10                        | 146         |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685                                                             | 200          | 0,20             | 0,00    | 15,00       | 58,00                         | 685         |
| Итого за прием пищи:                                                            | 300          | 9,10             | 9,50    | 46,50       | 278,10                        |             |

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 КВАШЕНАЯ №3 или ИКРА КАБАЧКОВАЯ №88)                  | 100          | 1,80             | 8,60    | 7,50        | 115,40                        | 3/88        |
| КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ 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 (ОВЗ)                                                                   |              |                  |         |             |                               |             |
| БУЛОЧКА СДОБНАЯ № 146                                                           | 100          | 8,90             | 9,50    | 31,50       | 220,10                        | 146         |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685                                                             | 250          | 0,30             | 0,00    | 22,00       | 73,00                         | 685         |
| Итого за прием пищи:                                                            | 350          | 9,20             | 9,50    | 53,50       | 293,10                        |             |



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
для обеспечения горячим питанием обучающихся

22.10.2025

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)

|                              |     |      |      |       |        |      |
|------------------------------|-----|------|------|-------|--------|------|
| КРУАССАН № 147               | 100 | 8,30 | 8,80 | 32,20 | 218,80 | 147  |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ № 685К | 200 | 0,20 | 0,00 | 9,20  | 42,00  | 685К |
| Итого за прием пищи:         | 300 | 8,50 | 8,80 | 41,40 | 260,80 |      |

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 (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)

|                              |     |      |      |       |        |      |
|------------------------------|-----|------|------|-------|--------|------|
| КРУАССАН № 147               | 100 | 8,30 | 8,80 | 32,20 | 218,80 | 147  |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ № 685К | 250 | 0,30 | 0,00 | 13,50 | 60,50  | 685К |
| Итого за прием пищи:         | 350 | 8,60 | 8,80 | 45,70 | 279,30 |      |



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
для обеспечения горячим питанием обучающихся

23.10.2025

9 день

7-11 ЛЕТ



| Прием пищи, наименование блюда                         | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|--------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
| Завтрак                                                |              |                  |         |             |                               |             |
| КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 294/363 | 90/30        | 11,30            | 12,10   | 14,60       | 205,60                        | 294/363     |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203                       | 150          | 3,70             | 5,70    | 28,20       | 195,70                        | 203         |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686                           | 200          | 0,30             | 0,00    | 15,20       | 60,00                         | 686         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6                                      | 30           | 2,37             | 0,30    | 14,49       | 70,90                         | 6           |
| Итого за прием пищи:                                   | 500          | 17,67            | 18,10   | 72,49       | 532,20                        |             |
| полдник (ОВЗ)                                          |              |                  |         |             |                               |             |
| ПИРОЖОК В АССОРТИМЕНТЕ №140                            | 100          | 8,80             | 9,60    | 33,70       | 226,90                        | 140         |
| СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)                               | 200          | 0,20             | 0,20    | 16,50       | 112,70                        | 389         |
| Итого за прием пищи:                                   | 300          | 9,00             | 9,80    | 50,20       | 339,60                        |             |

12-18 ЛЕТ

| Прием пищи, наименование блюда                         | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|--------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
| Завтрак                                                |              |                  |         |             |                               |             |
| КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 294/363 | 100/30       | 12,20            | 14,80   | 15,40       | 220,80                        | 294/363     |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203                       | 170          | 4,19             | 6,50    | 32,00       | 221,80                        | 203         |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686                           | 200          | 0,30             | 0,00    | 15,20       | 60,00                         | 686         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6                                      | 50           | 3,95             | 0,50    | 21,15       | 116,33                        | 6           |
| Итого за прием пищи:                                   | 550          | 20,64            | 21,80   | 83,75       | 618,93                        |             |
| полдник (ОВЗ)                                          |              |                  |         |             |                               |             |
| ПИРОЖОК В АССОРТИМЕНТЕ №140                            | 100          | 8,80             | 9,60    | 33,70       | 226,90                        | 140         |
| СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)                               | 250          | 0,25             | 0,25    | 20,62       | 160,00                        | 389         |
| Итого за прием пищи:                                   | 350          | 9,05             | 9,85    | 54,32       | 386,90                        |             |