

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
для обеспечения горячим питанием обучающихся

02.10.2025<sup>2</sup>

**4 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>						
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>16,39/18,89</b>	<b>16,6/16,8</b>	<b>71,8/73,9</b>	<b>470,03/486,73</b>	
<b>полдник (ОВЗ)</b>						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ ТК №54-1с	200	4,64	5,60	5,72	92,16	ТК№54-1с
КАМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ ТК №639	200	0,40	0,00	20,40	84,30	ТК№639
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	30	2,34	0,30	14,46	70,08	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>430</b>	<b>7,38</b>	<b>5,90</b>	<b>40,58</b>	<b>246,54</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>						
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>18,25/20,95</b>	<b>19,14/19,34</b>	<b>80,33/81,43</b>	<b>544,13/545,73</b>	
<b>полдник (ОВЗ)</b>						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ ТК №54-1с	250	5,80	7,00	7,15	115,20	ТК№54-1с
КАМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ ТК №639	200	0,40	0,00	20,40	84,30	ТК№639
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	40	3,12	0,40	19,28	87,60	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>490</b>	<b>9,32</b>	<b>7,40</b>	<b>46,83</b>	<b>287,10</b>	