



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
для обеспечения горячим питанием обучающихся

23.01.2026г.

10 день

7-11 ЛЕТ



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ №154	200/30	10,9	15,3	38,8	256,9	154
ПЕЧЕНЬЕ №9	30	3,80	4,10	14,00	90,50	9
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685К	200	0,20	0,00	9,20	42,00	685К
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	50	3,95	0,50	21,15	116,33	6
Итого за прием пищи:	510	18,85	19,90	83,15	505,73	
полдник (ОВЗ)						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ ТК №54-3С	200	4,72	5,76	13,60	125,60	ТК№54-3С
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ ТК №639	200	0,40	0,00	20,40	84,30	ТК№376
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	30	2,34	0,30	14,46	70,08	ТТК№6
Итого за прием пищи:	430	7,46	6,06	48,46	279,98	

12-18 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ №154	250/30	12,5	16,6	48,5	321,1	154
ПЕЧЕНЬЕ №9	30	3,80	4,10	14,00	90,50	9
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685К	200	0,20	0,00	9,20	42,00	685К
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	50	3,95	0,50	21,15	116,33	6
Итого за прием пищи:	560	20,45	21,2	92,85	569,93	
полдник (ОВЗ)						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ ТК №54-3С	250	5,90	7,20	17,02	157,00	ТК№54-3С
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ ТК №639	200	0,40	0,00	20,40	84,30	ТК№376
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	40	3,12	0,40	19,28	87,60	ТТК№6
Итого за прием пищи:	490	9,42	7,60	56,70	328,90	