



МЕНЮ НА 10.10.2025г.

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	150/30	9,84	13,8	30,1	234,2	154
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1	40/10	5,00	4,40	25,20	156,00	1
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) ТК №338	120	0,60	0,60	14,30	68,40	338
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685К	200	0,20	0,00	15,60	42,00	685К
Итого за прием пищи:	550	15,64	18,80	85,20	500,60	

полдник (ОВЗ)

СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТК	200	5,12	2,80	1,84	119,60	ТК№54-7С
ЧАЙ С САХАРОМ ТК № 685	200	0,20	0,00	15,00	58,00	685
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	30	2,37	0,30	14,49	70,90	6
Итого за прием пищи:	430	7,69	3,10	31,33	248,50	

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	200/40	12,2	15,8	37,9	279,9	154
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1	40/10	5,00	4,40	25,20	156,00	1
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) ТК №338	120	0,60	0,60	14,30	68,40	338
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685К	200	0,20	0,00	15,60	42,00	685К
Итого за прием пищи:	610	18	20,8	93	546,3	

полдник (ОВЗ)

СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТК	250	6,40	3,50	2,30	149,50	ТК№54-7С
ЧАЙ С САХАРОМ ТК № 685	200	0,20	0,00	15,00	58,00	685
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	40	3,12	0,40	19,28	87,60	6
Итого за прием пищи:	490	9,72	3,90	36,58	295,10	

ОБЕД

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый.)	60	0,6	0,1	1,8	13,2	70,71,80
Плов из птицы №492	200	20,3	24,0	32,4	345,8	492
Чай с сахаром Каркаде №685	200	0,00	0,00	9,20	42,00	685
Хлеб пшеничный	30	3,9	0,5	24,1	116,8	ТТК№6
Итого за прием пищи:	490	24,8	24,6	67,5	517,8	