



## МЕНЮ НА 11.12.2025г.

### 7-11 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ 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
<b>Итого за прием пиши:</b>	<b>500</b>	<b>17,67</b>	<b>18,10</b>	<b>72,49</b>	<b>532,20</b>	

### ПОЛДНИК (ОВЗ)

ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ ТК № 54-1С	200	4,64	5,60	5,72	92,16	ТК№54-1С
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ ТК № 53	200	0,30	0,00	16,00	66,40	53
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	30	2,37	0,30	14,49	70,90	6
<b>Итого за прием пиши:</b>	<b>430</b>	<b>7,31</b>	<b>5,90</b>	<b>36,21</b>	<b>229,46</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>						
КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ 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
<b>Итого за прием пиши:</b>	<b>550</b>	<b>20,64</b>	<b>21,80</b>	<b>83,75</b>	<b>618,93</b>	

### ПОЛДНИК (ОВЗ)

ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ ТК № 54-1С	250	5,80	7,00	7,15	115,20	ТК№54-1С
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ ТК № 53	200	0,30	0,00	16,00	66,40	53
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	40	3,12	0,40	19,28	87,60	6
<b>Итого за прием пиши:</b>	<b>490</b>	<b>9,22</b>	<b>7,40</b>	<b>42,43</b>	<b>269,20</b>	

### ОБЕД

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Ланч</b>						
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
Гуляш из птицы №311 К	100	9,6	10,7	3,0	168,1	311К
Каша вязкая гречневая №303	150	4,9	5,3	21,8	155,0	303
Компот из смеси сухофруктов №348	200	0,5	0,1	27,4	112,6	348
Хлеб пшеничный	30	3,9	0,5	24,1	116,8	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>540</b>	<b>19,5</b>	<b>16,7</b>	<b>78,1</b>	<b>565,7</b>	