



## МЕНЮ НА 16.12.2025г.

### 7-11 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
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
<b>Итого за прием пиши:</b>	<b>582</b>	<b>19,12</b>	<b>16,00</b>	<b>71,95</b>	<b>512,90</b>	
<b>полдник (ОВЗ)</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТК №54-7с	200	5,12	2,80	1,84	119,60	TK №54-7с
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТК № 686	200	0,30	0,00	15,20	60,00	686
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	30	2,37	0,30	14,49	70,09	6
<b>Итого за прием пиши:</b>	<b>430</b>	<b>7,79</b>	<b>3,10</b>	<b>31,53</b>	<b>250,50</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>						
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
<b>Итого за прием пиши:</b>	<b>642</b>	<b>22,4</b>	<b>18,4</b>	<b>86,9</b>	<b>570,8</b>	

### ОБЕД

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Ланч</b>						
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый.)	60	0,60	0,10	1,75	13,20	70,71,80
Плов из птицы №492	200	20,30	24,00	32,40	345,80	492
Чай с сахаром №685	200	0,00	0,00	15,00	58,00	685
Хлеб пшеничный	30	3,90	0,50	24,10	116,80	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>490</b>	<b>24,80</b>	<b>24,60</b>	<b>73,25</b>	<b>533,80</b>	