



МЕНЮ НА 30.01.2026 г.

7-11 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №175	160	10,86	11,92	27,76	206,00	175
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1	40/10	5,00	4,40	25,20	156,00	1
ЧАЙ С САХАРОМ № 685	200	0,20	0,00	15,00	58,00	685
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	120	0,60	0,60	14,30	68,40	338
Итого за прием пищи:	530	16,66	16,92	82,26	488,40	
полдник (ОВЗ)						
ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ № 154	130/20	8,20	11,50	29,10	192,70	154
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ № 53	200	0,30	0,00	16,00	66,40	53
Итого за прием пищи:	350	8,50	11,50	45,10	259,10	

12-18 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №175	180	13,60	13,90	31,25	270,00	175
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1	40/10	5,00	4,40	25,20	156,00	1
ЧАЙ С САХАРОМ № 685	200	0,20	0,00	15,00	58,00	685
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	120	0,60	0,60	14,30	68,40	338
Итого за прием пищи:	550	19,40	18,90	85,75	552,40	
полдник (ОВЗ)						
ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ № 154	130/20	8,20	11,50	29,10	192,70	154
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ № 53	250	0,50	0,00	20,00	98,00	53
Итого за прием пищи:	400	8,70	11,50	49,10	290,70	

ОБЕД

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
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
Котлета рубленая с белокочанной капустой №455	90	11,70	13,70	12,00	216,90	455
Макаронные изделия отварные с маслом №203	150	5,10	9,15	34,20	244,50	203
Чай с сахаром Каркаде №685	200	0,00	0,00	9,20	42,00	685
Хлеб пшеничный	30	3,90	0,50	24,10	116,80	ТТК №6
Итого за прием пищи:	560	24,60	24,05	98,35	723,90	