



## МЕНЮ НА 05.02.2026г.

### 7-11 ЛЕТ

| Прием пищи, наименование блюда                        | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|-------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                                       |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
| Завтрак                                               |              |                  |         |             |                               |             |
| КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ 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           |
| Итого за прием пищи:                                  | 500          | 17,67            | 18,10   | 72,49       | 532,20                        |             |
| 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           |
| Итого за прием пищи:                                  | 430          | 7,31             | 5,90    | 36,21       | 229,46                        |             |

### 12-18 ЛЕТ

| Прием пищи, наименование блюда                        | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|-------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                                       |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
| Завтрак                                               |              |                  |         |             |                               |             |
| КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ 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           |
| Итого за прием пищи:                                  | 550          | 20,64            | 21,80   | 83,75       | 618,93                        |             |
| 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           |
| Итого за прием пищи:                                  | 490          | 9,22             | 7,40    | 42,43       | 269,20                        |             |

### 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           | 0,6              | 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      |
| Итого за прием пищи:                                                                                | 540          | 19,5             | 16,7    | 78,1        | 565,7          |             |