

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
для обеспечения горячим питанием обучающихся



**10 день**

**7-11 ЛЕТ**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ №154	200/30	10,9	15,3	38,8	256,9	154
БЛИНЧИКИ С ПОВИДЛОМ №13	35/15	2,80	3,10	12,30	110,60	13
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685К	200	0,20	0,00	9,20	42,00	685К
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	30	2,37	0,30	14,49	70,90	6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>510</b>	<b>16,27</b>	<b>18,70</b>	<b>74,79</b>	<b>480,40</b>	
<b>полдник (ОВЗ)</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТК №517С	200	5,12	5,60	10,84	129,60	54-7С
КОФЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПИЦЦЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТК №204/363	90/30	11,30	12,10	14,60	205,60	294/363
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ № 54,5г	150	4,43	5,25	30,45	187,10	54,5г
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686	200	0,30	0,00	15,20	60,00	686
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	30	1,88	0,30	12,40	59,40	7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	50	3,95	0,50	21,15	116,33	6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>730</b>	<b>26,98</b>	<b>23,75</b>	<b>104,64</b>	<b>758,03</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>						
ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ №154	250/30	12,5	16,6	48,5	321,1	154
БЛИНЧИКИ С ПОВИДЛОМ №13	35/15	2,80	3,10	12,30	110,60	13
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685К	200	0,20	0,00	9,20	42,00	685К
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	30	2,37	0,30	14,49	70,90	6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>560</b>	<b>17,87</b>	<b>20,0</b>	<b>84,49</b>	<b>544,6</b>	
<b>полдник (ОВЗ)</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТК №517С	250	6,40	7,00	13,55	162,00	54-7С
КОФЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПИЦЦЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТК №204/363	100/30	12,20	14,80	15,40	220,80	294/363
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ № 54,5г	180	5,30	6,30	36,50	224,50	54,5г
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686	200	0,30	0,00	15,20	60,00	686
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	30	1,88	0,30	12,40	59,40	7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	50	3,95	0,50	21,15	116,33	6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>840</b>	<b>30,03</b>	<b>28,90</b>	<b>114,20</b>	<b>843,03</b>	