

Утверждаю

Директор

Н.А. Кевланич



# 7 ДЕНЬ Меню на 23.09.2025

7-11 ЛЕТ

| Прием пищи, наименование блюда  | Масса порции | Пищевые вещества |              |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|---|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|
|   |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |             |
| <b>Завтрак</b>  |              |                  |              |              |                               |             |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ ( КАПУСТА КВАШЕНАЯ №3 или ИКРА КАБАЧКОВАЯ №88)                  | 60           | 0,90             | 4,30         | 3,75         | 57,70                         | 3/88        |
| КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 455/363 | 90/30        | 9,00             | 8,70         | 20,20        | 205,60                        | 455/363     |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303   | 150          | 3,99             | 4,50         | 17,72        | 125,90                        | 303         |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №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 пищи:</b>   | <b>560</b>   | <b>16,56</b>     | <b>17,80</b> | <b>72,16</b> | <b>526,50</b>                 |             |

**ПОЛДНИК (ОВЗ)**

|                                     |            |             |             |              |               |       |
|-------------------------------------|------------|-------------|-------------|--------------|---------------|-------|
| БЛИНЧИКИ (ОЛАДЫ) С ПОВИДЛОМ № 13/14 | 70/30      | 2,20        | 4,20        | 18,60        | 121,20        | 13/14 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379    | 200        | 3,16        | 2,66        | 15,94        | 100,60        | 379   |
| <b>Итого за прием пищи:</b>         | <b>300</b> | <b>5,36</b> | <b>6,86</b> | <b>34,54</b> | <b>221,80</b> |       |

## 12-18 ЛЕТ

| Прием пищи, наименование блюда  | Масса порции | Пищевые вещества |              |              | Энергетическая ценность, ккал | № репелтуры |
|---|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|
|   |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |             |
| <b>Завтрак</b>  |              |                  |              |              |                               |             |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ ( КАПУСТА КВАШЕНАЯ №3 или ИКРА КАБАЧКОВАЯ №88)                  | 100          | 1,80             | 8,60         | 7,50         | 115,40                        | 3/88        |
| КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 455/363 | 100/30       | 10,90            | 9,80         | 22,40        | 210,60                        | 455/363     |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303   | 160          | 4,90             | 4,90         | 27,30        | 145,84                        | 303         |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №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 пищи:</b>   | <b>620</b>   | <b>20,27</b>     | <b>23,60</b> | <b>87,69</b> | <b>609,14</b>                 |             |
| <b>ПОЛДНИК (ОВЗ)</b>  |              |                  |              |              |                               |             |
| БЛИНЧИКИ (ОЛАДЬИ) С ПОВИДЛОМ № 13/14  | 70/30        | 2,20             | 4,20         | 18,60        | 121,20                        | 13/14       |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379  | 250          | 4,35             | 4,00         | 23,40        | 150,10                        | 379         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>   | <b>350</b>   | <b>6,55</b>      | <b>8,20</b>  | <b>42,00</b> | <b>271,30</b>                 |             |