

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
для обеспечения горячим питанием обучающихся

Утверждаю

Директор Киселев Д.Г.

12.01.2026



**8 день**  
*01.02.2026 г.*  
**7-11 ЛЕТ**



Согласовано

Директор

*Макс Мокро-  
славской СШ  
И.А. Ковпаниз  
12.01.2026*

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|--------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |

**Завтрак**

|                                                         |            |              |             |              |              |     |
|---------------------------------------------------------|------------|--------------|-------------|--------------|--------------|-----|
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ или ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ) № 1 | 60         | 0,41         | 0,1         | 0,84         | 5,0          | 1   |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ № 259                               | 200        | 11,92        | 18,10       | 45,30        | 305,00       | 259 |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685                                     | 200        | 0,20         | 0,00        | 15,00        | 58,00        | 685 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                                      | 50         | 3,95         | 0,50        | 21,15        | 116,33       | 6   |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                             | <b>510</b> | <b>16,48</b> | <b>18,7</b> | <b>82,29</b> | <b>484,3</b> |     |

**полдник (ОВЗ)**

|                              |            |             |              |              |               |      |
|------------------------------|------------|-------------|--------------|--------------|---------------|------|
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ № 72       | 100        | 9,60        | 11,60        | 11,60        | 183,60        | 72   |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ № 685К | 200        | 0,20        | 0,00         | 9,20         | 42,00         | 685К |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>300</b> | <b>9,80</b> | <b>11,60</b> | <b>20,80</b> | <b>225,60</b> |      |

**12-18 ЛЕТ**

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|--------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |

**Завтрак**

|                                                         |            |              |              |              |               |     |
|---------------------------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-----|
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ или ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ) № 1 | 100        | 0,5          | 0,1          | 1,01         | 6,0           | 1   |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ № 259                               | 250        | 14,30        | 20,50        | 53,40        | 406,00        | 259 |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685                                     | 200        | 0,20         | 0,00         | 15,00        | 58,00         | 685 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                          | 50         | 3,95         | 0,50         | 21,15        | 116,33        | 6   |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                             | <b>600</b> | <b>18,95</b> | <b>21,06</b> | <b>90,56</b> | <b>586,33</b> |     |

**полдник (ОВЗ)**

|                              |            |              |              |              |               |      |
|------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|------|
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ № 72       | 150        | 14,40        | 17,40        | 17,40        | 275,40        | 72   |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ № 685К | 200        | 0,20         | 0,00         | 9,20         | 42,00         | 685К |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>350</b> | <b>14,60</b> | <b>17,40</b> | <b>26,60</b> | <b>317,40</b> |      |