



МЕНЮ
На « 8 » сентября 2025 год.

Возрастная категория 7-11 лет

Неделя 2 День 1 Понедельник	Наименование блюда	Масса порции, г	Цена, руб	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
				Белки	Жиры	Углевод ы	
ЗАВТРАК							
СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)		10	9,00	2,32	2,95	0,00	35,80
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (молоко, крупа пшено, вода, масло сл.)		200	50,93	8,28	7,49	36,26	245,53
КАКАО С МОЛОКОМ (молоко, вода, какао, сахар)		200	17,50	3,30	2,90	13,80	94,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)		20	2,74	1,52	0,16	9,84	46,80
ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)		15	2,42	1,20	0,23	6,02	30,90
БЛИНЧИКИ из п/ф (блинчики промышленного производства, масло сл.)		45	5,60	1,76	3,65	12,23	88,89
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (промышленное производство)		15	10,52	1,08	1,28	8,33	49,05
Итого за завтрак:		505	98,71	19,46	18,66	86,48	590,97
ОБЕД							
ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (сезонные)		60	7,50	0,42	0,06	1,14	6,60
или ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ПОРЦИЯМИ		60	7,50	0,48	0,06	1,02	6,60
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (вода, свекла, картофель, капуста, морковь, лук,		200	25,80	1,48	3,54	5,56	60,01
РАГУ ИЗ СВИНИНЫ (картофель, мясо 1 кат., морковь, лук, масло подсолн., томатное пюре, соль)		220	116,80	14,65	19,26	29,80	351,14
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, лимонная к-та)		200	13,68	0,60	0,10	20,10	84,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)		40	5,48	3,04	0,32	19,68	93,60
ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)		30	4,83	2,40	0,45	12,03	61,80
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (сезонные)		100	14,00	0,40	0,40	9,80	44,00
Итого за обед:		850	188,09	22,99	24,13	98,11	701,15
или Итого за обед:		850	188,09	23,05	24,13	97,99	701,15

Возрастная категория 12 лет и старше

Неделя 2 День 1 Понедельник	Наименование блюда	Масса порции, г	Цена, руб	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
				Белки	Жиры	Углевод ы	
ЗАВТРАК							
СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)		10	9,00	2,32	2,95	0,00	35,80
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (молоко, крупа пшено, вода, масло сл.)		250	61,56	10,34	9,37	45,32	306,84
КАКАО С МОЛОКОМ (молоко, вода, какао, сахар)		200	17,50	3,30	2,90	13,80	94,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)		30	4,11	2,28	0,24	14,76	70,20
ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)		15	2,42	1,20	0,23	6,02	30,90
БЛИНЧИКИ из п/ф (блинчики промышленного производства, масло сл.)		45	5,60	1,76	3,65	12,23	88,89
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (промышленное производство)		15	10,52	1,08	1,28	8,33	49,05
Итого за завтрак:		565	110,71	22,28	20,62	100,46	675,68
ОБЕД							
ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (сезонные)		100	12,50	0,70	0,10	1,90	11,00
или ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ПОРЦИЯМИ		100	12,50	0,80	0,10	1,70	11,00
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (вода, свекла, картофель, капуста, морковь, лук,		250	32,25	1,85	4,43	6,95	75,04
РАГУ ИЗ СВИНИНЫ (картофель, мясо 1 кат., морковь, лук, масло подсолн., томатное пюре, соль)		250	132,46	16,64	21,88	33,85	398,88
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, лимонная к-та)		200	13,68	0,60	0,10	20,10	84,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)		50	6,85	3,80	0,40	24,60	117,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)		30	4,83	2,40	0,45	12,03	61,80
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (сезонные)		120	16,80	0,48	0,48	11,76	52,80
Итого за обед:		1000	219,37	26,47	27,84	111,19	800,52
или Итого за обед:		1000	219,37	26,57	27,84	110,99	800,52

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

Питание обучающихся осуществляется по принципам щадящего питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, запекание и исключает продукты с раздражающими свойствами.