



СОГЛАСОВАНО:  
Директор МОУ



### Меню на каждый день (1-11кл)

7-11 лет

6.10.2025

| Прием пищи, наименование<br>блюда     | Масса<br>порции | Пищевые вещества |            |                | Энергети-<br>ческая<br>ценность,<br>ккал | №<br>рецеп-<br>туры |
|---------------------------------------|-----------------|------------------|------------|----------------|------------------------------------------|---------------------|
|                                       |                 | Белки,<br>г      | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г |                                          |                     |
| Завтрак                               |                 |                  |            |                |                                          |                     |
| КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ<br>МАННОЙ КРУПЫ №181 | 160             | 7,20             | 8,70       | 33,81          | 211,64                                   | 181                 |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И<br>СЫРОМ №3      | 35/5/10         | 5,80             | 8,00       | 11,60          | 147,00                                   | 3                   |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С<br>МОЛОКОМ № 379   | 200             | 3,16             | 2,66       | 15,94          | 100,60                                   | 379                 |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)<br>№338        | 120             | 0,60             | 0,60       | 14,30          | 68,40                                    | 338                 |
| Итого за прием пищи:                  | 530             | 16,76            | 19,96      | 75,65          | 527,64                                   |                     |

12-18 лет

| Прием пищи, наименование<br>блюда     | Масса<br>порции | Пищевые вещества |            |                | Энергети-<br>ческая<br>ценность,<br>ккал | №<br>рецеп-<br>туры |
|---------------------------------------|-----------------|------------------|------------|----------------|------------------------------------------|---------------------|
|                                       |                 | Белки,<br>г      | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г |                                          |                     |
| Завтрак                               |                 |                  |            |                |                                          |                     |
| КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ<br>МАННОЙ КРУПЫ №181 | 180             | 9,50             | 9,20       | 35,66          | 238,06                                   | 181                 |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И<br>СЫРОМ №3      | 35/5/10         | 5,80             | 8,00       | 11,60          | 147,00                                   | 3                   |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С<br>МОЛОКОМ № 379   | 200             | 3,16             | 2,66       | 15,94          | 100,60                                   | 379                 |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ<br>(ЯБЛОКО)№338         | 120             | 0,60             | 0,60       | 14,30          | 68,40                                    | 338                 |
| Итого за прием пищи:                  | 550             | 19,06            | 20,46      | 77,50          | 554,06                                   |                     |

Повар: Косова А.В. /Косова А.В./