

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор ООО "СОЮЗ-К"

СОГЛАСОВАНО:  
Директор МОУ

Меню на каждый день (1-11кл)

7-11 лет

23.09.25

| 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                                                                         |                 |                  |            |                |                                          |                     |
| 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                   |
| Итого за прием пищи:                                                            | 560             | 16,56            | 17,80      | 72,16          | 526,50                                   |                     |

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                                                                         |                 |                  |            |                |                                          |                     |
| 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                   |
| Итого за прием пищи:                                                            | 620             | 20,27            | 23,60      | 87,69          | 609,14                                   |                     |

Повар: Косова А.В. /Косова А.В./