



МЕНЮ
На «14 октябрь» 2025 год.

Возрастная категория 7-11 лет

Неделя 1 День 5 Пятница	Наименование блюда	Маасса порции, г	Цена, руб	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (сезонные)	60	7,50	0,42	0,06	1,14	6,60
	или ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ПОРЦИЯМИ (промышленное производство)	60	7,50	0,48	0,06	1,02	6,60
	ПЛОВ ИЗ МЯСА (мясо 1 кат., крупа рисовая, морковь, лук репчатый, томатное пюре, вода, масло подс., соль)	200	102,80	13,93	16,10	32,96	332,48
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	200	20,54	1,00	0,20	20,20	86,00
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	4,11	2,28	0,24	14,76	70,20
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	3,22	1,60	0,30	8,02	41,20
	Итого за завтрак:	510	138,17	19,23	16,9	77,08	536,48
	или Итого за завтрак:	510	138,17	19,29	16,9	76,96	536,48
ОБЕД							
	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ горошек зеленый (промышленное производство)	65	11,30	1,86	2,35	3,28	41,48
	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ (вода, картофель, морковь, лук репч, мука пш., яйца, масло подс., соль)	200	20,36	2,00	3,08	8,90	71,40
	ФРИКАДЕЛКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ (куры 1 кат., молоко, хлеб пш., масло сл., соль)	100	72,60	12,57	15,20	8,11	219,60
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (картофель, капуста, морковь, лук репч., масло подс., томатное пюре, мука, сахар, соль)	150	13,33	2,85	4,20	14,03	101,27
	КАСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СВЕЖИХ (вода, яблоки, сахар, крахмал, лимонная к-та)	200	20,08	0,20	0,20	23,80	98,00
	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
	ПЕЧЕНЬЕ (промышленное производство)*	20	5,15	1,50	1,96	14,88	83,00
	Итого за обед:	805	153,13	26,42	27,76	104,71	770,15

Возрастная категория 12 лет и старше

Неделя 1 День 5 Пятница	Наименование блюда	Маасса порции, г	Цена, руб	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (сезонные)	100	12,50	0,70	0,10	1,90	11,00
	или ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ПОРЦИЯМИ (промышленное производство)	100	12,50	0,80	0,10	1,70	11,00
	ПЛОВ ИЗ МЯСА (мясо 1 кат., крупа рисовая, морковь, лук репчатый, томатное пюре, вода, масло подс., соль)	250	128,50	17,42	20,13	41,20	415,64
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	200	20,54	1,00	0,20	20,20	86,00
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	4,11	2,28	0,24	14,76	70,20
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	3,22	1,60	0,30	8,02	41,20
	Итого за завтрак:	600	168,87	23	20,97	86,08	624,04
	или Итого за завтрак:	600	168,87	23,1	20,97	85,88	624,04
ОБЕД							
	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ горошек зеленый (промышленное производство)	100	18,80	2,86	3,62	5,05	63,81
	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ (вода, картофель, морковь, лук репч, мука пш., яйца, масло подс., соль)	250	24,00	2,50	3,85	11,13	89,27
	ФРИКАДЕЛКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ (куры 1 кат., молоко, хлеб пш., масло сл., соль)	120	87,12	15,08	18,24	9,73	263,52
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (картофель, капуста, морковь, лук репч., масло подс., томатное пюре, мука, сахар, соль)	180	16,00	3,42	5,04	16,84	121,55
	КАСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СВЕЖИХ (вода, яблоки, сахар, крахмал, лимонная к-та)	200	20,08	0,20	0,20	23,80	98,00
	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
	ПЕЧЕНЬЕ (промышленное производство)*	20	5,15	1,50	1,96	14,88	83,00
	Итого за обед:	940	181,46	31	33,68	113,14	874,55

*- допускается замена на другие кондитерские изделия.

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.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 652995314667932372014845887876356063299114658529

Владелец Башта Марина Николаевна

Действителен с 08.01.2025 по 08.01.2026