



## МЕНЮ

ДАТА: 25.11.2025

### 2 день 1 неделя

| Прием пищи, наименование блюда                    | Масса порции, г | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|---------------------------------------------------|-----------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                                   |                 | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак (7-11 лет)                                |                 |                  |         |             |                               |
| Бутерброд с ветчиной                              | 40              | 5,30             | 5,90    | 10,30       | 117,40                        |
| Макароны с сыром                                  | 160             | 8,20             | 10,20   | 37,40       | 275,40                        |
| Какао с молоком                                   | 200             | 3,90             | 3,10    | 17,20       | 113,40                        |
| Фрукты свежие                                     | 100             | 0,40             | 0,40    | 9,80        | 47,00                         |
| Итого за прием пищи:                              | 500             | 17,80            | 19,60   | 74,70       | 553,20                        |
| Обед (7-11 лет)                                   |                 |                  |         |             |                               |
| Помидор свежий кусочком (1 вар.)                  | 60              | 0,70             | 0,10    | 2,30        | 14,40                         |
| или Огурец соленый кусочком (2 вар.)              | 60              | 0,50             | 0,06    | 1,00        | 7,80                          |
| Борщ со свежей капустой, картофелем и сметаной    | 205             | 1,60             | 4,20    | 10,60       | 89,20                         |
| Рагу из птицы                                     | 240             | 17,20            | 18,30   | 28,30       | 343,30                        |
| Напиток из клюквы, протертой с сахаром            | 200             | 0,10             | 0,10    | 26,80       | 105,00                        |
| Батон нарезной обогащенный микронутриентами       | 40              | 3,20             | 1,40    | 21,20       | 112,00                        |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 40              | 2,60             | 0,30    | 17,00       | 81,60                         |
| Итого за прием пищи (1 вар.):                     | 845             | 25,40            | 24,40   | 106,20      | 745,50                        |
| Итого за прием пищи (2 вар.):                     | 845             | 25,20            | 24,36   | 104,90      | 738,90                        |
| Комплексный обед (12-18 лет)                      |                 |                  |         |             |                               |
| Помидор свежий кусочком (1 вар.)                  | 100             | 1,20             | 0,20    | 3,80        | 24,00                         |
| или Огурец соленый кусочком (2 вар.)              | 100             | 0,80             | 0,10    | 1,70        | 13,00                         |
| Борщ со свежей капустой, картофелем и сметаной    | 255             | 2,00             | 5,20    | 13,20       | 111,00                        |
| Рагу из птицы                                     | 280             | 20,10            | 21,40   | 32,90       | 400,50                        |
| Напиток из клюквы, протертой с сахаром            | 200             | 0,10             | 0,10    | 26,80       | 105,00                        |
| Батон нарезной обогащенный микронутриентами       | 50              | 4,00             | 1,75    | 26,50       | 140,00                        |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 40              | 2,60             | 0,30    | 17,00       | 81,60                         |
| Фрукты свежие                                     | 100             | 0,40             | 0,40    | 9,80        | 47,00                         |
| Итого за прием пищи (1 вар.):                     | 1025            | 30,40            | 29,35   | 130,00      | 909,10                        |
| Итого за прием пищи (2 вар.):                     | 1025            | 30,00            | 29,25   | 127,90      | 898,10                        |

Заведующий производством (Буфетчик)