

Согласовано:  
директор МБОУ  
«Верхнеславянская СОШ»  
З.И. Варичанова

Утверждено:

Директор



# Ежедневное меню

7 день

7-11 лет

18.03.25

легкое питание

| №<br>рецеп. | Наименование блюда                | Масса<br>порции | Пищевые вещества |         |               | Энерг.<br>Ценност<br>ь ккал. |
|-------------|-----------------------------------|-----------------|------------------|---------|---------------|------------------------------|
|             |                                   |                 | Белки,г          | Жиры,г. | Угледо<br>в,г |                              |
|             | ЗАВТРАК                           |                 |                  |         |               |                              |
| 289         | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ                     | 200             | 14,50            | 14,65   | 24,40         | 276,50                       |
| 80          | ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(КАПУСТА КВАШЕНАЯ) | 60              | 0,60             | 0,10    | 1,75          | 13,20                        |
| 377         | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                     | 200             | 0,13             | 0,02    | 15,20         | 62,00                        |
| 6           | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                    | 50              | 3,90             | 0,50    | 24,10         | 116,80                       |
|             | Итого за весь прием пищи:         | 510             | 19,13            | 15,27   | 65,45         | 468,50                       |
|             | ОВЗ                               |                 |                  |         |               |                              |
| 12          | СЛОЙКА С КАРТОФЕЛЕМ               | 90              | 5,30             | 15,50   | 38,10         | 313,00                       |
| 348         | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА                   | 220             | 0,55             | 0,11    | 30,14         | 123,86                       |
|             | Итого за весь прием пищи:         | 310             | 5,85             | 15,61   | 68,24         | 436,86                       |

12-18 лет

| 12-18 лет   |                                   |                 |                  |         |                |                              |
|-------------|-----------------------------------|-----------------|------------------|---------|----------------|------------------------------|
| №<br>рецеп. | Наименование блюда                | Масса<br>порции | Пищевые вещества |         |                | Энерг.<br>Ценност<br>ь ккал. |
|             |                                   |                 | Белки,г          | Жиры,г. | Углевод<br>ы,г |                              |
|             | <b>ЗАВТРАК</b>                    |                 |                  |         |                |                              |
| 289         | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ                     | 250             | 18,10            | 18,30   | 30,60          | 345,60                       |
| 80          | ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(КАПУСТА КВАШЕНАЯ) | 100             | 1,00             | 0,16    | 2,90           | 22,00                        |
| 377         | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                     | 200             | 0,13             | 0,02    | 15,20          | 62,00                        |
| 6           | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                    | 50              | 3,90             | 0,50    | 24,10          | 116,80                       |
|             | Итого за весь прием пищи:         | 600             | 23,13            | 18,98   | 72,80          | 546,40                       |
|             | <b>ОВЗ</b>                        |                 |                  |         |                |                              |
| 12          | СЛОЙКА С КАРТОФЕЛЕМ               | 100             | 5,90             | 17,20   | 42,30          | 371,70                       |
| 348         | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА                   | 250             | 0,62             | 0,10    | 34,25          | 140,75                       |
|             | Итого за весь прием пищи:         | 350             | 6,52             | 17,30   | 76,55          | 512,45                       |

повар Беркова В.С.