



Утверждаю

Директор \_\_\_\_\_ /О.В. Худякова/



Ежедневное меню для обучающихся с 7 до 11 лет

Дата: 07.04.2025 г.

Сезон: весенне-летний

Неделя: первая

День: понедельник

№ рецептуры <sup>1</sup>	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г	г	г	г	Ккал
	<b>Понедельник, 1 неделя</b>					
	<b>Завтрак 1 день</b>					
12	Сыр твердых сортов в нарезке	25	7	9	0	108
270	Макароны отварные с овощами	150	4	0	24	113
8605	Биточек из курицы	60	11	3	8	101
377	Кофейный напиток с молоком	200	4	3	11	86
26987-86	хлеб пшеничный	60	3	0	16	74
26983-86	хлеб ржаной	40	1	0	10	46
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>535</b>	<b>30</b>	<b>15</b>	<b>69</b>	<b>528</b>

Ответственный по питанию \_\_\_\_\_ /И.В. Трякина



Утверждаю

Директор

/Г.В. Худякова/



Ежедневное меню для обучающихся с 7 до 11 лет

Дата: 08.04.2025 г.

Сезон: весенне-летний

Неделя: первая

День: вторник

№ рецептуры <sup>1</sup>	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г	г	г	г	Ккал
	<b>Вторник, 1 неделя</b>					
	<b>Завтрак 2 день</b>					
274	Плов с курицей	200	28	9	33	315
377	Компот из сухофруктов	200	0	0	15	62
26987-86	хлеб пшеничный	60	3	0	16	74
26983-86	хлеб ржаной	40	1	0	10	46
357	Яблоко	100	1	1	10	44
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>600</b>	<b>33</b>	<b>11</b>	<b>84</b>	<b>541</b>

Ответственный по питанию \_\_\_\_\_ /И.В. Трякина



Утверждаю  
Директор \_\_\_\_\_ О.В. Худякова/



Ежедневное меню для обучающихся с 7 до 11 лет

Дата: 10.04.2025 г.

Сезон: весенне-летний

Неделя: первая

День: четверг

№ рецептуры <sup>1</sup>	Название блюда	Масса г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Калорийность Ккал
<b>Четверг, 1 неделя</b>						
<b>Завтрак 4 день</b>						
541	Каша молочная рисовая	200	4	7	36	228
45	Чай с сахаром	200	1	2	17	89
26987-86	хлеб пшеничный	60	3	0	16	74
26983-86	хлеб ржаной	40	1	0	10	46
357	Яблоко	100	0	0	10	44
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>600</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>89</b>	<b>481</b>

Ответственный по питанию \_\_\_\_\_ /И.В. Трякина



Ежедневное меню для обучающихся с 7 до 11 лет

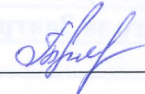
Дата: 11.04.2025 г.

Сезон: весенне-летний

Неделя: первая

День: пятница

№ рецептуры <sup>1</sup>	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г	г	г	г	Ккал
<b>Пятница, 1 неделя</b>						
<b>Завтрак 5 день</b>						
54	Каша гречневая рассыпчатая	150	11	5	48	278
20	Соус красный основной	20	1	6	4	74
10814	Фрикаделька из говядины	80	8	10	25	174
118	Чай с лимоном и сахаром	200	0	0	15	62
26987-86	хлеб пшеничный	60	3	0	16	74
26983-86	хлеб ржаной	40	1	0	10	46
<b>Итого на завтрак</b>		<b>550</b>	<b>24</b>	<b>21</b>	<b>118</b>	<b>708</b>

Ответственный по питанию  /И.В. Трякина

Утверждаю  
Директор /О.В.Худякова/



Ежедневное меню для обучающихся с 7 до 11 лет

Дата: 14.04.2025 г.

Сезон: весенне-летний

Неделя: вторая

День: понедельник

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г	г	г	г	Ккал
<b>Понедельник, 2 неделя</b>						
<b>Завтрак 6 день</b>						
274	Плов с курицей	200	27	8	33	315
375	Яблоко	100	0	0	10	44
45	Чай с сахаром	200	1	2	17	89
26987-86	хлеб пшеничный	60	3	0	16	74
26983-86	хлеб ржаной	40	1	0	10	46
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>600</b>	<b>32</b>	<b>10</b>	<b>86</b>	<b>568</b>

Ответственный по питанию \_\_\_\_\_ /И.В. Трякина







Утверждаю

Директор

О.В. Худякова/



Ежедневное меню для обучающихся с 7 до 11 лет

Дата: 17.04.2025 г.

Сезон: весенне-летний

Неделя: вторая

День: четверг

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г	г	г	г	Ккал
	<b>Четверг, 2 недели</b>					
	<b>Завтрак 9 день</b>					
12	Сыр твердых сортов в нарезке	25	7	9	0	108
541	Каша молочная рисовая	200	4	7	36	228
45	Чай с сахаром	200	1	2	17	89
26987-86	хлеб пшеничный	60	3	0	16	74
26983-86	хлеб ржаной	40	1	0	10	46
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>525</b>	<b>16</b>	<b>18</b>	<b>79</b>	<b>545</b>

Ответственный по питанию  /И.В. Трякина



Утверждаю  
Директор /Ю.В. Худякова/

Ежедневное меню для обучающихся с 7 до 11 лет

Дата: 18.04.2025 г.

Сезон: весенне-летний

Неделя: вторая

День: пятница

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г	г	г	г	Ккал
	<b>Пятница, 2 неделя</b>					
	<b>Завтрак 10 день</b>					
54	Каша гречневая рассыпчатая	150	11	5	48	278
10814	Фрикаделька из говядины	80	8	10	25	174
54-2з	Овощи в нарезке (огурец)	70	1	0	2	9
118	Чай с сахаром и лимоном	200	0	0	15	62
26987-86	хлеб пшеничный	60	3	0	16	74
26983-86	хлеб ржаной	40	1	0	10	46
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>600</b>	<b>24</b>	<b>15</b>	<b>116</b>	<b>643</b>

Ответственный по питанию Трякина /И.В. Трякина