«УТВЕРЖДЕНО»
Директор ООО «Анприс»
_____ Г.Н. Приходько

ООО «Анприс» ИНН 2311013567

Ежедневное меню
основного (организованного) питания
НЧОУ "Лицей "ИСТЭК"

«СОГЛАСОВАНО»
Директор НЧОУ "Лицей "ИСТЭК"
_____ А.А.Симанкова

Возрастная категория питающихся: 7-11 лет

2 Неделя по цикличному меню : день 5

Дата 23 октября 2026 г

ЗАВТРАК (7-11 лет)

Приём пищи	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества, гр.			Энерг. ценн. Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Бутерброд с маслом сл.сыром 35\10\30	75	8,525	16,52	18,91	262,13
	Каша молочная геркулесовая	200	7,82	12,83	34,27	185
	Хлеб ржано-пшеничный Бородинский Новый	25	1,5	0,25	11,25	52,5
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60
	Итого за рацион питания:	500,00	17,92	29,62	79,43	559,63

ОБЕД (7-11 лет)

Приём пищи	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества, гр.			Энерг. ценн. Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
	Перец свежий сладкий порционно	60	0,54	0,09	1,71	10,2
	Суп гороховый с мясом 25\200	225	12,46	6,33	17,99	171,1
	Птица запеченная (филе птицы)	100	18,7	15,3	0,6	215
	Пюре картофельное	150	3,1	9,16	17,99	172,86
	Батон Умница	30	2,1	0,6	15	71,7
	Хлеб ржано-пшеничный Бородинский Новый	25	1,5	0,25	11,25	52,5
	Компот из фруктов св.мор.слива	200	0,16	0,16	27,88	114,6
	Итого за рацион питания:	790,00	38,56	31,89	92,42	807,96

ПОЛДНИК (7-11 лет)

Приём пищи	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества, гр.			Энерг. ценн. Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Полдник	Пряник Творожный	50	3,35	3,775	36,03	221,5
	Сок Сочная долина 0,95т\пак	200	1	0	20,2	84,8
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого за рацион питания:	350,00	4,75	4,175	66,03	353,30

Зам.дир.по производ _____ /Тимакова И.Г./
Бух.-калькулятор _____ /Прокопчук О.В./
Зам.директора Лицея _____ /Адамчук И.С./
Мед.сестра Лицея _____ /Солодкая Е.С./
Буфетчица _____ /Шемис Г.А./