

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
**бесплатного горячего питания (завтрак)**  
**для обучающихся 1-4-х классов и обучающихся 5-11 классов из льготной категории детей**  
**ГБОУ «Гимназия с углубленным изучением английского языка № 11 г.о. Донецк»**

Дата – 22.05.2025

**Возрастная категория: 7–11 лет**

| Прием пищи              | Наименование блюда | Вес блюда  | Пищевые вещества |            |             | Энергетическая ценность |
|-------------------------|--------------------|------------|------------------|------------|-------------|-------------------------|
|                         |                    |            | Белки            | Жиры       | Углеводы    |                         |
| Завтрак                 | Котлета рыбная     | 100        | 14,1             | 2,8        | 8,6         | 115,9                   |
|                         | Капуста тушеная    | 150        | 3,6              | 5          | 14,5        | 118,7                   |
|                         | Чай с сахаром      | 200        | 0,2              | 0          | 6,5         | 26,8                    |
|                         | Хлеб               | 53         | 7,9              | 1          | 48,3        | 246                     |
| <b>Итого за завтрак</b> |                    | <b>503</b> | <b>25,8</b>      | <b>8,8</b> | <b>77,9</b> | <b>507,4</b>            |

**Возрастная категория: 12–18 лет**

| Прием пищи              | Наименование блюда | Вес блюда  | Пищевые вещества |            |             | Энергетическая ценность |
|-------------------------|--------------------|------------|------------------|------------|-------------|-------------------------|
|                         |                    |            | Белки            | Жиры       | Углеводы    |                         |
| Завтрак                 | Котлета рыбная     | 100        | 14,1             | 2,8        | 8,6         | 115,9                   |
|                         | Капуста тушеная    | 150        | 3,6              | 5          | 14,5        | 118,7                   |
|                         | Чай с сахаром      | 200        | 0,2              | 0          | 6,5         | 26,8                    |
|                         | Хлеб               | 60         | 7,9              | 1          | 48,3        | 246                     |
| <b>Итого за завтрак</b> |                    | <b>510</b> | <b>25,8</b>      | <b>8,8</b> | <b>77,9</b> | <b>507,4</b>            |