

Утверждаю:
Директор школы: _____/Стерлядников М.В./

Меню на
29.09.2026 года

Школа

МКОУ Большеовская СШ

Отд./корп

Неделя 1
день 2

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак для обучающихся возрастной группы 7-11 лет							
каша молочная овсяная со сливочным маслом	200	7,6	6,8	25,5	193,6	ТТК №8	
кофейный напиток с молоком	200	1,6	1,6	9,9	59,9	ТТК №10	
бутерброд с сыром (35/5/10)	50	5	7,3	17,6	156,7	ТТК №9	
хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	25,1	118,4	ТТК №5	
Итого за прием пищи:	500	18	16	78,1	528,6		
Полдник (ОВЗ) для обучающихся возрастной группы 7-11 лет							
Блины «Домашние» ТТК № 55	100	5	12	21	210	ТТК № 55	
Чай с сахаром каркаде ТТК № 44	200	0,18	0,00	15,00	58,00	ТТК № 44	
Итого за прием пищи:	300	5,18	12,00	36,00	268,00		

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
каша молочная овсяная со сливочным маслом	250	9,5	9,3	31,88	249,20	ТТК №8	
кофейный напиток с молоком	200	1,6	1,6	9,9	59,9	ТТК №10	
бутерброд с сыром (35/5/10)	50	5	7,3	17,6	156,7	ТТК №9	
хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	25,1	118,4	ТТК №5	
Итого за прием пищи:	550	19,9	18,5	78,1	584,20		
Полдник (ОВЗ) для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
Блины «Домашние» ТТК № 55	100	5	12	21	210	ТТК № 55	
Чай с сахаром каркаде ТТК № 44	250	0,22	0,00	18,75	72,50	ТТК № 44	
Итого за прием пищи:	350	5,22	12,00	39,75	282,50		