

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
для обеспечения горячим питанием обучающихся



21.09.2026г.

**6 день**

**7-11 ЛЕТ**



| Прием пищи, наименование блюда                     | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|----------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                                    |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
| Завтрак                                            |              |                  |         |             |                               |             |
| КОТЛЕТА КУРИНАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №22 | 90/30        | 10,3             | 12,3    | 13,1        | 204,4                         | ТТК №22     |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №23                | 150          | 4,6              | 5,2     | 29,6        | 183,6                         | ТТК №23     |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №15                    | 200          | 0,30             | 0,00    | 15,20       | 60,00                         | ТТК №15     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №5                              | 30           | 2,3              | 0,2     | 15,1        | 71,1                          | ТТК №5      |
| Итого за прием пищи:                               | 500          | 17,50            | 17,70   | 73,00       | 519,10                        |             |
| полдник (ОВЗ)                                      |              |                  |         |             |                               |             |
| БУЛОЧКА СДОБНАЯ ТТК № 57                           | 100          | 7,90             | 9,40    | 55,50       | 339,00                        | ТТК №57     |
| ЧАЙ С САХАРОМ № ТТК №19                            | 200          | 0,20             | 0,00    | 15,00       | 58,00                         | ТТК № 19    |
| Итого за прием пищи:                               | 300          | 8,10             | 9,40    | 70,50       | 397,00                        |             |

**12-18 ЛЕТ**

| Прием пищи, наименование блюда                     | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|----------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                                    |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
| Завтрак                                            |              |                  |         |             |                               |             |
| КОТЛЕТА КУРИНАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №22 | 100/30       | 11,44            | 13,67   | 14,56       | 227,11                        | ТТК №22     |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №23                | 180          | 5,52             | 6,24    | 35,52       | 220,32                        | ТТК №23     |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №15                    | 200          | 0,30             | 0,00    | 15,20       | 60,00                         | ТТК №15     |
| Итого за прием пищи:                               | 510          | 17,26            | 19,91   | 65,28       | 507,43                        |             |
| полдник (ОВЗ)                                      |              |                  |         |             |                               |             |
| БУЛОЧКА СДОБНАЯ ТТК № 57                           | 100          | 7,90             | 9,40    | 55,50       | 339,00                        | ТТК №57     |
| ЧАЙ С САХАРОМ ТТК № 19                             | 250          | 0,25             | 0,00    | 18,75       | 72,50                         | ТТК №19     |
| Итого за прием пищи:                               | 350          | 8,15             | 9,40    | 74,25       | 411,50                        |             |

Говар. Ашан (Смирнова О.Ф.)  
Ответственный по питанию  
в школе: Ду (Дерягина Ю.В.)