

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

для обеспечения горячим питанием обучающихся

дата 14.09.26

Утверждаю
ДиректорСогласовано
Директор

1 день

7-11 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАНОЙ КАПУСТОЙ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	90/30	11	12,31	22,6	234,26	ТТК №29
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	4,6	5,2	29,6	183,6	ТТК №23
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ	200	0,18	0,00	15,00	58,00	ТТК №44
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,4	0,1	9	42,6	ТТК №5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,8	0,1	5,1	24,5	ТТК №6
Итого за прием пищи:	520	17,98	17,71	81,30	542,96	
полдник (ОВЗ)						
БУЛОЧКА СДОБНАЯ	100	7,90	9,40	55,50	339,00	ТТК №57
ЧАЙ С САХАРОМ	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 ИЗ ГОВЯДИНЫ РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАНОЙ КАПУСТОЙ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №29	100/30	12,2	13,7	25,1	260,3	ТТК №29
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №23	180	5,5	6,2	35,5	220,3	ТТК №23
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №44	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №44
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №5	30	1,4	0,1	9,0	42,6	ТТК №5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	20	0,8	0,1	5,1	24,5	ТТК №6
Итого за прием пищи:	560	20,12	20,12	89,73	605,71	
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	

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
для обеспечения горячим питанием обучающихся

дата 15.09.2026

Утверждаю
Директор



Согласовано
Директор



2 день

7-11 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ ТТК №8	200	7,60	6,80	25,50	193,60	ТТК №8
БУТЕРБРОД С СЫРОМ ТТК №9	35/10/5	5,00	7,30	17,60	156,70	ТТК №9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ ТТК №10	200	1,60	1,60	9,90	59,90	ТТК №10
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №5	50	3,80	0,30	25,10	118,40	ТТК №5
Итого за прием пищи:	500	18,00	16,00	78,10	528,60	
полдник (ОВЗ)						
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	

12-18 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ ТТК №8	250	9,50	9,30	31,88	249,20	ТТК №8
БУТЕРБРОД С СЫРОМ ТТК №9	35/10/5	5,00	7,30	17,60	156,70	ТТК №9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ ТТК №10	200	1,60	1,60	9,90	59,90	ТТК №10
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №5	50	3,80	0,30	25,10	118,40	ТТК №5
Итого за прием пищи:	550	19,90	18,50	84,48	584,20	
полдник (ОВЗ)						
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	

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

для обеспечения горячим питанием обучающихся

дата 16.09.2026

Утверждаю
ДиректорСогласовано
Директор

3 день

7-11 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАПУСТА КВАШЕННАЯ ТТК №20	60	1,10	0,10	1,80	13,40	ТТК №20
ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С КУРОЧКОЙ ТТК №21	200	13,50	13,20	26,21	277,64	ТТК №21
ПЕЧЕНЬЕ ТТК №24	30	1,80	5,50	12,60	107,50	ТТК №24
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №15	200	0,30	0,00	15,20	60,00	ТТК №15
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №5	30	2,30	0,20	15,10	71,10	ТТК №5
Итого за прием пищи:	520	19,00	19,00	70,91	529,64	
полдник (ОВЗ)						
ОЛАДУШКИ "ДОМАШНИЕ" С ПОВИДЛОМ ТТК №56	70/30	3,5	6,3	62,3	317,8	ТТК №56
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ ТТК №10	200	1,60	1,60	9,90	59,90	ТТК №10
Итого за прием пищи:	300	5,10	7,90	72,20	377,70	

12-18 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАПУСТА КВАШЕННАЯ ТТК №20	100	1,83	0,17	3,00	22,33	ТТК №20
ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С КУРОЧКОЙ ТТК №21	220	14,85	14,52	28,83	305,40	ТТК №21
ПЕЧЕНЬЕ ТТК №24	30	1,80	5,50	12,60	107,50	ТТК №24
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №15	200	0,30	0,00	15,20	60,00	ТТК №15
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №5	30	2,30	0,20	15,10	71,10	ТТК №5
Итого за прием пищи:	580	21,08	20,39	74,73	566,34	
полдник (ОВЗ)						
ОЛАДУШКИ "ДОМАШНИЕ" С ПОВИДЛОМ ТТК №56	70/30	3,5	6,3	62,3	317,8	ТТК №56
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ ТТК №10	250	2,00	2,00	12,37	74,90	ТТК №10
Итого за прием пищи:	350	5,50	8,30	74,67	392,70	

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

для обеспечения горячим питанием обучающихся

дата 17.09.2026

Утверждаю
ДиректорСогласовано
Директор

4 день

7-11 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С ТВОРОГОМ ТТК №33	200	7,50	7,00	32,00	222,70	ТТК №33
БУТЕРБРОД С СЫРОМ ТТК №9	35/10/5	5,00	7,30	17,60	156,70	ТТК №9
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ЯБЛОКО ТТК №18	120	0,50	0,50	11,80	56,40	ТТК №18
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ ТТК №10а	200	3,00	3,10	12,10	89,00	ТТК №10а
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №5	20	1,50	0,10	10,00	47,40	ТТК №5
Итого за прием пищи:	590	17,50	18,00	83,50	572,20	
полдник (ОВЗ)						
БУЛОЧКА СДОБНАЯ ТТК № 57	100	7,90	9,40	55,50	339,00	ТТК №57
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК № 15	200	0,30	0,00	15,20	60,00	ТТК № 15
Итого за прием пищи:	300	8,20	9,40	70,70	399,00	

12-18 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С ТВОРОГОМ ТТК №33	250	9,38	8,75	38,00	268,30	ТТК №33
БУТЕРБРОД С СЫРОМ ТТК №9	35/10/5	5,00	7,30	17,60	156,70	ТТК №9
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ЯБЛОКО ТТК №18	120	0,50	0,50	11,80	56,40	ТТК №18
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ ТТК№10а	200	3,00	3,10	12,10	89,00	ТТК №10
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №5	30	2,30	0,20	15,10	71,10	ТТК №5
Итого за прием пищи:	650	20,18	19,85	94,60	641,50	
полдник (ОВЗ)						
БУЛОЧКА СДОБНАЯ ТТК № 57	100	7,90	9,40	55,50	339,00	ТТК №57
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК № 15	250	0,46	0,00	23,75	93,75	ТТК № 15
Итого за прием пищи:	350	8,36	9,40	79,25	432,75	

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
для обеспечения горячим питанием обучающихся

дата 18.09.2026

Утверждаю
Директор



Согласовано
Директор



5 день

7-11 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
БЛЮДО ИЗ РЫБЫ (РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК №12 /КОТЛЕТА РЫБНАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК №11)	90	12,4/10,2	12/11,05	13/9,8	200,1/179,5	ТТК №12/ТТК №11
РИС ОТВАРНОЙ ТТК №14	160	2,8	3,9	25,4	147,9	ТТК №14
ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №19	200	0,20	0,00	15,00	58,00	ТТК №19
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №5	50	3,80	0,30	25,10	118,40	ТТК №5
Итого за прием пищи:	500	19,2/13	16,2/15,25	78,5/75,3	524,4/503,8	
полдник (ОВЗ)						
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	

12-18 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
БЛЮДО ИЗ РЫБЫ (РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК №12 /КОТЛЕТА РЫБНАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК №11)	100	13,6/11,2	13,2/12,2	14,3/10,8	220,1/197,5	ТТК №12/ТТК №11
РИС ОТВАРНОЙ ТТК №14	200	3,7	6,2	33,9	206,2	ТТК №14
ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №19	200	0,20	0,00	15,00	58,00	ТТК №19
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №5	50	3,80	0,30	25,10	118,40	ТТК №5
Итого за прием пищи:	550	21,3/18,9	19,4/18,4	88,27/84,8	582,7/580,1	
полдник (ОВЗ)						
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	