

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
для обеспечения горячим питанием обучающихся

23.09.2026 год  
дата \_\_\_\_\_

Утверждаю  
Директор



**8 день**

**7-11 ЛЕТ**

Согласовано

Директор

*И.О. Чирков*  
*И.П. Верещагин*

| Прием пищи, наименование блюда                                | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|---------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                                               |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
| Завтрак                                                       |              |                  |         |             |                               |             |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ ИЛИ ПОМИДОР СВЕЖИЙ) ТТК №25 | 100          | 1,1              | 0       | 2,4         | 14                            | ТТК №25     |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №26                                         | 180          | 12,60            | 15,60   | 32,60       | 317,50                        | ТТК №21     |
| ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №19                                         | 200          | 0,20             | 0,00    | 15,00       | 58,00                         | ТТК №19     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №5                                         | 30           | 2,3              | 0,2     | 15,1        | 71,1                          | ТТК №5      |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6                                   | 20           | 1,3              | 0,2     | 8,5         | 40,8                          | ТТК №6      |
| Итого за прием пищи:                                          | 530          | 17,50            | 16,00   | 73,60       | 501,40                        |             |
| полдник (ОВЗ)                                                 |              |                  |         |             |                               |             |
| ОЛАДУШКИ "ДОМАШНИЕ" С ПОВИДЛОМ ТТК №56                        | 70/30        | 3,5              | 6,3     | 62,3        | 317,8                         | ТТК №56     |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №44                                 | 200          | 0,18             | 0,00    | 15,00       | 58,00                         | ТТК №44     |
| Итого за прием пищи:                                          | 300          | 3,68             | 6,30    | 77,30       | 375,80                        |             |

**12-18 ЛЕТ**

| Прием пищи, наименование блюда                                | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептура |
|---------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                                               |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
| Завтрак                                                       |              |                  |         |             |                               |             |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ ИЛИ ПОМИДОР СВЕЖИЙ) ТТК №25 | 100          | 1,1              | 0       | 2,4         | 14                            | ТТК №25     |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №26                                         | 220          | 15,40            | 19,07   | 39,84       | 388,06                        | ТТК №21     |
| ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №19                                         | 200          | 0,20             | 0,00    | 15,00       | 58,00                         | ТТК №19     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №5                                         | 30           | 2,3              | 0,2     | 15,1        | 71,1                          | ТТК №5      |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6                                   | 20           | 1,3              | 0,2     | 8,5         | 40,8                          | ТТК №6      |
| Итого за прием пищи:                                          | 570          | 20,30            | 19,47   | 80,84       | 571,96                        |             |
| полдник (ОВЗ)                                                 |              |                  |         |             |                               |             |
| ОЛАДУШКИ "ДОМАШНИЕ" С ПОВИДЛОМ ТТК №56                        | 70/30        | 3,5              | 6,3     | 62,3        | 317,8                         | ТТК №56     |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №44                                 | 250          | 0,22             | 0,00    | 18,75       | 72,50                         | ТТК №44     |
| Итого за прием пищи:                                          | 350          | 3,72             | 6,30    | 81,05       | 390,30                        |             |