

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

Меню на
12.10.2026 года

Школа МКОУ Большовская СШ

Отд./корп

Неделя 1
день 1

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							
котлета из говядины рубленая с белокочанной капустой с соусом томатным 90/30	120	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	0,2	0	15	58	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	
овощи по сезону (огурец соленый или огурец свежий)	60	0,5	0,1	1	7,8	ТТК №28	
Итого за прием пищи:	580	18,48	17,81	82,3	550,76		
Полдник (ОВЗ) для обучающихся возрастной группы 7-11 лет							
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		

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							
котлета из говядины рубленая с белокочанной капустой с соусом томатным 100/30	130	12,2	13,7	25,1	260,30	ТТК №29	
макаронные изделия отварные	180	5,5	6,2	35,5	220,3	ТТК №23	
чай с сахаром каркаде	200	0,2	0	15	58	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	
овощи по сезону (огурец соленый или огурец свежий)	100	0,8	0,2	1,7	13,0	ТТК №28	
Итого за прием пищи:	660	20,96	20,28	91,40	618,71		
Полдник (ОВЗ) для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
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		