



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

Меню на
21.10.2026 года

Школа

МКОУ Большовская СШ

Отд./корп

Неделя 2
День 8

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак для обучающихся возрастной группы 7-11 лет							

плов из птицы	180	12,6	15,6	32,6	317,5	ТТК №26	
овощи по сезону (помидор соленый или помидор свежий)	100	1,1	0	2,4	14	ТТК №25	
чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	ТТК №19	
хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,1	ТТК №5	
хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	8,5	40,8	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	530	17,5	16	73,6	501,4		
Полдник (ОВЗ) для обучающихся возрастной группы 7-11 лет							
Оладушки «Домашние» с повидлом ТТК №56 (70/30)	100	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		

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
плов из птицы	220	15,40	19,07	39,84	388,06	ТТК №26	
овощи по сезону (помидор соленый или помидор свежий)	100	1,1	0	2,4	14	ТТК №25	
чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	ТТК №19	
хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,1	ТТК №5	
хлеб ржано-пшеничный	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) для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
Оладушки «Домашние» с повидлом ТТК №56 (70/30)	100	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		