Утверждаю
Директор Киселев А.Г.

Согласовано
Директор

# ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
## для обеспечения горячим питанием обучающихся

## 1 день

### 7-11 ЛЕТ

28.09.2026

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Завтрак** | | | | | | |
| КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАНОЙ КАПУСТОЙ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ 90/30 ТТК №29 | 120 | 11 | 12,31 | 22,6 | 234,26 | ТТК №29 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №23 | 150 | 4,6 | 5,2 | 29,6 | 183,6 | ТТК №23 |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №44 | 200 | 0,18 | 0,00 | 15,00 | 58,00 | ТТК №44 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №5 | 30 | 1,4 | 0,1 | 9 | 42,6 | ТТК №5 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6 | 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)** | | | | | | |
| РОЖКИ СДОБНЫЕ ТТК №56 | 100 | 6,50 | 10,00 | 47,00 | 360,00 | ТТК№56 |
| ЧАЙ С САХАРОМ ТТК № 19 | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 58,00 | ТТК №19 |
| **Итого за прием пищи:** | **300** | **6,70** | **10,00** | **62,00** | **418,00** | |

### 12-18 ЛЕТ

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Завтрак** | | | | | | |
| КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАНОЙ КАПУСТОЙ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ 100/30 ТТК №29 | 130 | 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)** | | | | | | |
| РОЖКИ СДОБНЫЕ ТТК№56 | 100 | 6,50 | 10,00 | 47,00 | 360,00 | ТТК №56 |
| ЧАЙ С САХАРОМ ТТК № 19 | 250 | 0,25 | 0,00 | 18,75 | 72,50 | ТТК №19 |
| **Итого за прием пищи:** | **350** | **6,75** | **10,00** | **65,75** | **432,50** | |

Утверждаю
Директор Киселев Д.С.

Согласовано
Директор
МКОУ «Раздольевская ООШ»
29.09.2026

# ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
## для обеспечения горячим питанием обучающихся

## 2 день

### 7-11 ЛЕТ

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая 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 35/10/5 №9 | 50 | 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 | | | Энергети-ческая 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 35/10/5 ТТК №9 | 50 | 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** | |

Утверждаю
Директор Киселев Д.Н.

Согласовано
Директор

# ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
## для обеспечения горячим питанием обучающихся

## 3 день

30.09.2026

### 7-11 ЛЕТ

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая 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 70/30 ТТК №56 | 100 | 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 | | | Энергети-ческая 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 70/30 ТТК №56 | 100 | 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** | |

Утверждаю
Директор Киселев Д.Г.
«СОЮЗ-К»

Согласовано
Директор

# ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
## для обеспечения горячим питанием обучающихся

## 4 день

1.10.2026 г.

### 7-11 ЛЕТ

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая 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 35/10/5 ТТК №9 | 50 | 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)** | | | | | | |
| РОЖКИ СДОБНЫЕ ТТК №56 | 100 | 6,50 | 10,00 | 47,00 | 360,00 | ТТК№56 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК № 15 | 200 | 0,30 | 0,00 | 15,20 | 60,00 | ТТК № 15 |
| **Итого за прием пищи:** | **300** | **6,80** | **10,00** | **62,20** | **420,00** | |

### 12-18 ЛЕТ

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая 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 35/10/5 ТТК №9 | 50 | 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)** | | | | | | |
| РОЖКИ СДОБНЫЕ ТТК№56 | 100 | 6,50 | 10,00 | 47,00 | 360,00 | ТТК №56 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК № 15 | 250 | 0,46 | 0,00 | 23,75 | 93,75 | ТТК № 15 |
| **Итого за прием пищи:** | **350** | **6,96** | **10,00** | **70,75** | **453,75** | |

Утверждаю
Директор Киселев Д.Г.

Согласовано
Директор

# ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
## для обеспечения горячим питанием обучающихся

## 5 день

2.10.2026г

### 7-11 ЛЕТ

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Завтрак** | | | | | | |
| РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК №12 | 90 | 12,4 | 12 | 13 | 200,1 | ТТК №12 |
| 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** | **19,20** | **16,20** | **78,50** | **524,40** | |
| **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 | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Завтрак** | | | | | | |
| РЫБА ТУШЕННАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК №12 | 100 | 13,6 | 13,2 | 14,3 | 220,1 | ТТК №12 |
| 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** | **21,33** | **19,70** | **88,27** | **602,70** | |
| **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

Утверждаю
Директор Киселев Д.Г.

Согласовано
Директор

# 6 день

5.10.2026г.

### 7-11 ЛЕТ

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Завтрак** | | | | | | |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ ИЛИ ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ) ТТК №28 | 60 | 0,5 | 0,1 | 1 | 7,8 | ТТК №28 |
| КОТЛЕТА КУРИНАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ 90/30 ТТК №22 | 120 | 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:** | **560** | **18,00** | **17,80** | **74,00** | **526,90** | |
| **Полдник (овз)** | | | | | | |
| РОЖКИ СДОБНЫЕ ТТК №56 | 100 | 6,50 | 10,00 | 47,00 | 360,00 | ТТК№56 |
| ЧАЙ С САХАРОМ № ТТК №19 | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 58,00 | ТТК № 19 |
| **Итого за прием пищи:** | **300** | **6,70** | **10,00** | **62,00** | **418,00** | |

### 12-18 ЛЕТ

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Завтрак** | | | | | | |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ ИЛИ ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ) ТТК №28 | 100 | 0,8 | 0,2 | 1,7 | 13,0 | ТТК №28 |
| КОТЛЕТА КУРИНАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ 100/30 ТТК №22 | 130 | 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 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №5 | 30 | 2,3 | 0,2 | 15,1 | 71,1 | ТТК №5 |
| **Итого за прием пищи:** | **640** | **20,40** | **20,27** | **82,04** | **591,53** | |
| **Полдник (овз)** | | | | | | |
| РОЖКИ СДОБНЫЕ ТТК№56 | 100 | 6,50 | 10,00 | 47,00 | 360,00 | ТТК №56 |
| ЧАЙ С САХАРОМ ТТК № 19 | 250 | 0,25 | 0,00 | 18,75 | 72,50 | ТТК №19 |
| **Итого за прием пищи:** | **350** | **6,75** | **10,00** | **65,75** | **432,50** | |

# ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
## для обеспечения горячим питанием обучающихся

Утверждаю
Директор Киселев Д.Г.

Согласовано
Директор

## 7 день

### 7-11 ЛЕТ

6.10.2026 г.

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Завтрак** | | | | | | |
| СВЕКЛА С МАСЛОМ ТТК №7 | 60 | 0,96 | 2,60 | 6,06 | 58,20 | ТТК №7 |
| РАГУ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №31 | 200 | 13,26 | 16,58 | 26,63 | 288,21 | ТТК №31 |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №44 | 200 | 0,18 | 0,00 | 15,00 | 58,00 | ТТК №44 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №5 | 50 | 3,80 | 0,30 | 25,10 | 118,40 | ТТК №5 |
| **Итого за прием пищи:** | **510** | **18,20** | **19,48** | **72,79** | **522,81** | |
| **Полдник (овз)** | | | | | | |
| БЛИНЫ "ДОМАШНИЕ" ТТК №55 | 100 | 5 | 12 | 21 | 210 | ТТК №55 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК № 15 | 200 | 0,30 | 0,00 | 15,20 | 60,00 | ТТК № 15 |
| **Итого за прием пищи:** | **300** | **5,30** | **12,00** | **36,20** | **270,00** | |

### 12-18 ЛЕТ

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Завтрак** | | | | | | |
| СВЕКЛА С МАСЛОМ ТТК №7 | 100 | 1,60 | 6,00 | 10,10 | 97,00 | ТТК №7 |
| РАГУ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №31 | 220 | 14,59 | 16,14 | 29,29 | 317,03 | ТТК №31 |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №44 | 200 | 0,18 | 0,00 | 15,00 | 58,00 | ТТК №44 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №5 | 50 | 3,80 | 0,30 | 25,10 | 118,40 | ТТК №5 |
| **Итого за прием пищи:** | **570** | **20,17** | **22,44** | **79,49** | **590,43** | |
| **Полдник (овз)** | | | | | | |
| БЛИНЫ "ДОМАШНИЕ" ТТК №55 | 100 | 5 | 12 | 21 | 210 | ТТК №55 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК № 15 | 250 | 0,46 | 0,00 | 23,75 | 93,75 | ТТК № 15 |
| **Итого за прием пищи:** | **350** | **5,46** | **12,00** | **44,75** | **303,75** | |

# ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

## для обеспечения горячим питанием обучающихся

Утверждаю
Директор Киселев Д.Г.
«СОЮЗ»

Согласовано
Директор

## 8 день

### 7-11 ЛЕТ

7.10.2026г

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Завтрак** | | | | | | |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОР СОЛЕНЫЙ 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 70/30 ТТК №56 | 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** | |

### 12-18 ЛЕТ

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Завтрак** | | | | | | |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОР СОЛЕНЫЙ 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 70/30 ТТК №56 | 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** | |

Утверждаю
Директор Киселев Д.Г.

Согласовано
Директор

# ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
## для обеспечения горячим питанием обучающихся

## 9 день

### 7-11 ЛЕТ

8.10.2026г

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Завтрак** | | | | | | |
| КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ ТТК №37 | 200 | 4,80 | 5,70 | 27,90 | 182,50 | ТТК №37 |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ 35/10/5 ТТК №9 | 50 | 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 №6 | 30 | 2,3 | 0,2 | 15,1 | 71,1 | ТТК №5 |
| **Итого за прием пищи:** | **600** | **15,60** | **16,80** | **84,50** | **555,70** | |
| **Полдник (овз)** | | | | | | |
| РОЖКИ СДОБНЫЕ ТТК №56 | 100 | 6,50 | 10,00 | 47,00 | 360,00 | ТТК№56 |
| ЧАЙ С САХАРОМ № ТТК №19 | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 58,00 | ТТК № 19 |
| **Итого за прием пищи:** | **300** | **6,70** | **10,00** | **62,00** | **418,00** | |

### 12-18 ЛЕТ

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Завтрак** | | | | | | |
| КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ ТТК №37 | 250 | 7,30 | 7,13 | 34,88 | 228,13 | ТТК №37 |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ 35/10/5 ТТК №9 | 50 | 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 №6 | 30 | 2,3 | 0,2 | 15,1 | 71,1 | ТТК №5 |
| **Итого за прием пищи:** | **650** | **18,10** | **18,23** | **91,48** | **601,33** | |
| **Полдник (овз)** | | | | | | |
| РОЖКИ СДОБНЫЕ ТТК№56 | 100 | 6,50 | 10,00 | 47,00 | 360,00 | ТТК №56 |
| ЧАЙ С САХАРОМ ТТК № 19 | 250 | 0,25 | 0,00 | 18,75 | 72,50 | ТТК №19 |
| **Итого за прием пищи:** | **350** | **6,75** | **10,00** | **65,75** | **432,50** | |

Утверждаю
Директор Киселев Д.Г.

Согласовано
Директор

# ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
## для обеспечения горячим питанием обучающихся

## 10 день

9.10.2026г

### 7-11 ЛЕТ

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Завтрак** | | | | | | |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ ТТК №30 | 150 | 3,99 | 4,50 | 17,72 | 125,90 | ТТК №30 |
| ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ 90/30 ТТК №2 | 120 | 11 | 14,7 | 15,9 | 239,9 | ТТК №2 |
| 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 |
| **Итого за прием пищи:** | **500** | **17,49** | **19,40** | **63,72** | **494,90** | |
| **Полдник (овз)** | | | | | | |
| БЛИНЫ "ДОМАШНИЕ" ТТК №55 | 100 | 5 | 12 | 21 | 210 | ТТК №55 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК № 15 | 200 | 0,30 | 0,00 | 15,20 | 60,00 | ТТК № 15 |
| **Итого за прием пищи:** | **300** | **5,30** | **12,00** | **36,20** | **270,00** | |

### 12-18 ЛЕТ

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Завтрак** | | | | | | |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ ТТК №30 | 180 | 4,8 | 5,4 | 21,3 | 151,1 | ТТК №30 |
| ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ 100/30 ТТК №2 | 130 | 12,2 | 17,3 | 17,7 | 275,0 | ТТК №2 |
| ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №19 | 200 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 58,0 | ТТК №19 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №5 | 30 | 2,3 | 0,2 | 15,1 | 71,1 | ТТК №5 |
| **Итого за прием пищи:** | **540** | **19,51** | **22,90** | **69,03** | **555,18** | |
| **Полдник (овз)** | | | | | | |
| БЛИНЫ "ДОМАШНИЕ" ТТК №55 | 100 | 5 | 12 | 21 | 210 | ТТК №55 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК № 15 | 250 | 0,46 | 0,00 | 23,75 | 93,75 | ТТК № 15 |
| **Итого за прием пищи:** | **350** | **5,46** | **12,00** | **44,75** | **303,75** | |