# ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
## для обеспечения горячим питанием обучающихся

Утверждаю
Директор

Согласовано
Директор

# 7 день

22.09.2026

### 7-11 ЛЕТ

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Завтрак** | | | | | | |
| 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** | |