31.08.2026г.

**УТВЕРЖДАЮ:**
**Директор**
_____

**СОГЛАСОВАНО:**
**Директор** МКОУ Клетско-Почтовской СШ
_____ /Мелкина А.В./

**МЕНЮ ЗА РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ**
**ЗАВТРАК**
**с 1.09.2026г**

**Утверждено:**

**Согласовано:**

Директор МКОУ Клетско-Почтовской СШ

/Мещеряков А. В./

# МЕНЮ ЗА РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ

**1 Вариант**

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | ЦЕНА | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНЫ (ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ ИЛИ ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ) ТТК №28 | 60 | | 0,5 | 0,1 | 1 | 7,8 | ТТК №28 | |
| КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАНОЙ КАПУСТОЙ С СОУСОМ ТОМАТНЫМТТК №29 | 90/30 | | 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:** | **580** | **140,00 ₽** | **18,48** | **17,81** | **82,30** | **550,76** | | |

Утверждено:

Согласовано:

Директор МКОУ Клетско-Почтовской СШ

/Лященко А.В./

# МЕНЮ ЗА РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ

2 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | ЦЕНА | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | 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** | **140,00 ₽** | **18,20** | **19,48** | **72,79** | **522,81** | | |

**Утверждено:**

**Согласовано:**

Директор МКОУ Клетско-Почтовской СШ

Шевченко А.В.

# МЕНЮ ЗА РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ

**3 Вариант**

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | ЦЕНА | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | 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** | **140,00 Р** | **19,00** | **19,00** | **70,91** | **529,64** | | |

**Утверждено:**

**Согласовано:**

Директор МКОУ Клетско-Почтовской СШ

_____ /Мещенко А.В./

# МЕНЮ ЗА РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ

**4 Вариант**

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | ЦЕНА | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | |
| РИС ОТВАРНОЙ ТТК №14 | 160 | | 2,8 | 3,9 | 25,4 | 147,9 | ТТК №14 | |
| ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №2 | 90/30 | | 11 | 14,7 | 15,9 | 239,9 | ТТК №2 | |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ ТТК №10а | 200 | | 3,00 | 3,10 | 12,10 | 89,00 | ТТК №10а | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №5 | 30 | | 2,30 | 0,20 | 15,10 | 71,10 | ТТК №5 | |
| **Итого за прием пищи:** | **550** | **140,00 ₽** | **19,10** | **21,90** | **68,50** | **547,90** | | |

**Утверждено:**

**Согласовано:**

Директор МКОУ Клетско-Почтовской СШ

_____ /Мещенко А.В./

# МЕНЮ ЗА РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ

**5 Вариант**

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | ЦЕНА | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | |
| БЛЮДО ИЗ РЫБЫ (РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК №12 /КОТЛЕТА РЫБНАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК №11) | 90 | | 12,4/10,2 | 12/11,05 | 13/9,8 | 200,1/179,5 | ТТК №12/ТТК №11 | |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ ТТК №36 | 160 | | 3,2 | 5,8 | 26 | 169,7 | ТТК №36 | |
| 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** | **140,00 ₽** | **19,6/17,4** | **18,1/17,15** | **79,1/75,9** | **546,2/525,6** | | |

**Утверждено:**

**Согласовано:**

Директор МКОУ Клетско-Почтовской СШ

/Клецко А.В./

# МЕНЮ ЗА РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ

**6 Вариант**

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | ЦЕНА | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНЫ (ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ ИЛИ ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ) ТТК №28 | 60 | | 0,5 | 0,1 | 1 | 7,8 | ТТК №28 | |
| КОТЛЕТА КУРИНАЯ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №22 | 90/30 | | 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** | **140,00 ₽** | **18,00** | **17,80** | **74,00** | **526,90** | | |

**Утверждено:**

**Согласовано:**

Директор МКОУ Клетско-Почтовской СШ

Мещеряков А.В.

# МЕНЮ ЗА РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ

**7 Вариант**

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | ЦЕНА | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | 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** | **140,00 ₽** | **18,20** | **19,48** | **72,79** | **522,81** | | |

**Утверждено:**

**Согласовано:**

Директор МКОУ Клетско-Почтовской СШ

_____ Клименко А.В.

# МЕНЮ ЗА РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ

**8 Вариант**

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | ЦЕНА | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНЫ (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** | **140,00 ₽** | **17,50** | **16,00** | **73,60** | **501,40** | | |

**Утверждено:**

**Согласовано:**

Директор МКОУ Клетско-Почтовской СШ

/Мещенко А. В./

# МЕНЮ ЗА РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ

**9 Вариант**

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | ЦЕНА | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ № 259 | 250 | | 14,30 | 20,50 | 53,40 | 406,00 | 259 | |
| 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** | **140,00 ₽** | **18,30** | **20,8** | **93,5** | **582,4** | | |

**Утверждено:**

**Согласовано:**

Директор МКОУ Клетско-Почтовской СШ

/Мещенко А. В./

# МЕНЮ ЗА РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ

**10 Вариант**

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | ЦЕНА | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | |
| СВЕКЛА ОТВАРНАЯ ТТК №4 | 100 | | 1,5 | 0,1 | 9 | 42,9 | ТТК №4 | |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ ТТК №30 | 150 | | 3,99 | 4,50 | 17,72 | 125,90 | ТТК №30 | |
| ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №2 | 90/30 | | 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:** | **600** | **140,00 ₽** | **18,99** | **19,50** | **72,72** | **537,80** | | |