Утверждаю
Директор

Согласовано
Директор

# ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
## для обеспечения горячим питанием обучающихся

## 4 день

05.11.2026 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 ТТК №9 | 35/10/5 | 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 ТТК №9 | 35/10/5 | 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** | |