

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
для обеспечения горячим питанием обучающихся

Утверждаю  
Директор



21.10.2026г.

**8 день**

**7-11 ЛЕТ**

Согласовано  
Директор



| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|--------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |

**Завтрак**

|                                                               |            |              |              |              |               |         |
|---------------------------------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------|
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ 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 РЖАНС-ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6                                   | 20         | 1,3          | 0,2          | 8,5          | 40,8          | ТТК №6  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                   | <b>530</b> | <b>17,50</b> | <b>16,00</b> | <b>73,60</b> | <b>501,40</b> |         |

**полдник (ОВЗ)**

|                                        |            |             |             |              |               |          |
|----------------------------------------|------------|-------------|-------------|--------------|---------------|----------|
| ОЛАДУШКИ "ДОМАШНИЕ" С ПОВИДЛОМ ТТК №56 | 70/30      | 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 |
| <b>Итого за прием пищи:</b>            | <b>300</b> | <b>3,68</b> | <b>6,30</b> | <b>77,30</b> | <b>375,80</b> |          |

**12-18 ЛЕТ**

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|--------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |

**Завтрак**

|                                                               |            |              |              |              |               |         |
|---------------------------------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------|
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ 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  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                   | <b>570</b> | <b>20,30</b> | <b>19,47</b> | <b>80,84</b> | <b>571,96</b> |         |

**полдник (ОВЗ)**

|                             |            |             |             |              |               |         |
|-----------------------------|------------|-------------|-------------|--------------|---------------|---------|
| БУЛОЧКА СДЮБНАЯ ТТК № 57    | 100        | 7,90        | 9,40        | 55,50        | 339,00        | ТТК №57 |
| ЧАЙ С САХАРОМ ТТК № 19      | 250        | 0,25        | 0,00        | 18,75        | 72,50         | ТТК №19 |
| <b>Итого за прием пищи:</b> | <b>350</b> | <b>8,15</b> | <b>9,40</b> | <b>74,25</b> | <b>411,50</b> |         |