УТВЕРЖДАЮ:
Директор: КИСЕЛЕВ Д.Г.

СОГЛАСОВАНО:
Директор:

# Меню на каждый день (1-11кл) 09.06.2026

## 7-11 лет

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Завтрак** | | | | | | |
| КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ ТТК №101 | 250 | 13,6 | 18,5 | 45,5 | 423,8 | ТТК №101 |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ ТТК №380 | 35/10/5 | 6,70 | 6,10 | 17,10 | 149,85 | ТТК №380 |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №241 | 200 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 58,0 | ТТК №241 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | ТТК № 6 |
| **Итого за прием пищи:** | **550** | **24,2** | **24,9** | **101,9** | **746,4** | |
| **Обед** | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №28 | 100 | 0,8 | 0,2 | 1,7 | 13 | ТТК №28 |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №41 | 250 | 6,4 | 7 | 24,125 | 185 | ТТК №41 |
| ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66 | 200 | 19,0 | 26,0 | 19,5 | 432,2 | ТТК №66 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТТК №52 | 200 | 0,1 | 0,1 | 14,2 | 59,2 | ТТК №52 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | ТТК № 6 |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ | 40 | 2,5 | 0,4 | 16,5 | 79,2 | ТТК № 7 |
| **Итого за прием пищи:** | **840** | **32,5** | **34,0** | **100,3** | **883,4** | |
| **Всего за день:** | | **46,6** | **58,9** | **202,8** | **1 421,9** | |

## 12-18 лет

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Завтрак** | | | | | | |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ ТТК №103 | 250 | 13,25 | 18,13 | 40,00 | 275,75 | ТТК №103 |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338 | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,3 | 68,4 | 338 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301 | 200 | 0,3 | 0,0 | 15,2 | 60,0 | ТТК №301 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 60 | 4,5 | 0,4 | 29,2 | 137,8 | ТТК № 6 |
| **Итого за прием пищи:** | **660** | **18,7** | **19,1** | **98,7** | **542,0** | |
| **Обед** | | | | | | |
| СВЕКЛА С МАСЛОМ ТТК №543 | 100 | 1,4 | 5,9 | 8,3 | 91,9 | ТТК №543 |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №40 | 250 | 5,8 | 8,25 | 32,0875 | 187,25 | ТТК №40 |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67 | 200 | 15,3 | 34,9 | 37,2 | 522,0 | ТТК №67 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТТК №53 | 200 | 0,4 | 0,0 | 20,4 | 84,0 | ТТК №53 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | ТТК № 6 |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ | 40 | 2,5 | 0,4 | 16,5 | 79,2 | ТТК № 7 |
| **Итого за прием пищи:** | **840** | **29,1** | **49,8** | **138,8** | **1 079,2** | |
| **Всего за день:** | | **46,7** | **68,9** | **237,5** | **1 427,5** | |

Повар: _____ ___/Косова А.В./