

Согласовано:

Директор



Утверждаю:

Директор

ООО "ВКУСНОЛОГИЯ"

Готфрид



Примерное меню для обучающихся общеобразовательных учреждений

обучающиеся с 12 лет и старше

обучающиеся, осваивающие программы основного общего,
среднего общего образования:

- дети из малообеспеченных семей;
- дети с нарушениями здоровья, имеющие заболевания,
относящиеся к нарушениям состояния здоровья:
заболевания, связанные с недостаточностью питания,
не связанные с тяжелой патологией и не требующие специальной диеты,
и задержку развития, обусловленную белково-энергетической недостаточностью;
- дети из семей, находящихся в социально опасном положении, и семей,
находящихся в трудной жизненной ситуации;
- дети из многодетных семей;
- дети из семей участников (ветеранов) боевых действий.

с 1 сентября 2026 г.

**Меню для учащихся, получающих бюджетные средства на питание
в размере 94,89 руб. с 12 лет и старше**

Категории:

- Дети из малообеспеченных семей;
- Дети с нарушениями здоровья, имеющие заболевания, относящиеся к нарушениям состояния здоровья: заболевания, связанные с недостаточностью питания, не связанные с тяжелой патологией и не требующие специальной диеты (белково-энергетическая недостаточность умеренной и легкой степени (код по международной статистической классификации болезней и проблем, связанных со здоровьем, МКБ 10 IV E 44)), и задержку развития, обусловленную белково-энергетической недостаточностью (код по международной статистической классификации болезней и проблем, связанных со здоровьем, МКБ 10 IV E 45);
- Дети из семей, находящихся в социально опасном положении, находящихся в трудной жизненной ситуации;
- Дети из многодетных семей;
- Дети из семей участников боевых действий.

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
ДЕНЬ 1. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			20,79	21,51	90,45	649,91
	ЗАВТРАК		20,79	21,51	90,45	649,91
	Рогалик "Аппетитный" первый х/к	50	3,75	5,50	29,00	190,00
93/17	Каша молочная "Дружба" (жидкая) с маслом сливочным	250/2	13,29	14,76	25,20	286,66
411/16	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	42,00
	Батон нарезной	50	3,75	1,25	26,25	131,25
Итого:		552				
ДЕНЬ 2. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			23,96	14,03	101,68	650,33
	ЗАВТРАК		23,96	14,03	101,68	650,33
288/17	Птица отварная	100	12,64	9,84	10,08	179,40
309/17	Макаронные изделия отварные	200	7,52	3,79	48,00	268,00
ТТК 20	Напиток с витаминами в ассортименте	200	0,00	0,00	19,00	80,00
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	122,93
Итого:		550				
ДЕНЬ 3. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			14,42	20,49	86,14	606,78
	ЗАВТРАК		14,42	20,49	86,14	606,78
160/06	Голубцы ленивые с соусом	100/15	7,02	9,77	21,52	207,79
312/17	Пюре картофельное	200	4,35	10,40	29,32	235,00
ТТК 323	Напиток "Каркаде" с сахаром	200	0,01	0,00	15,62	65,65
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	98,34
Итого:		555				
ДЕНЬ 4. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			20,67	10,75	112,54	644,89
	ЗАВТРАК		20,67	10,75	112,54	644,89
234/17	Котлета рыбная	100	12,55	6,80	15,53	173,55
304/17	Рис отварной с соусом	200/20	5,08	3,63	53,33	278,00

ТТК 19	Кисель с витаминами	200			24,00	95,00
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	98,34
Итого:		560				
ДЕНЬ 5. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			32,74	24,71	104,79	775,98
	ЗАВТРАК		32,74	24,71	104,79	775,98
	Сок фруктовый в инд. уп.(или фрукт яблоко)1 шт	125	0,00	0,00	14,38	57,50
219/17	Сырники из творога с молоком сгущенным (2 шт)	150	28,41	11,71	34,08	355,48
411/16	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	42,00
	Батон нарезной	40	3,00	1,00	21,00	105,00
	Кондитерское изделие (вафли)	40	1,33	12,00	25,33	216,00
Итого:		555				
ДЕНЬ 6. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			16,95	20,83	108,98	716,93
	ЗАВТРАК		16,95	20,83	108,98	716,93
399/17	Блинчик со сгущенным молоком	45/10	4,12	0,87	22,73	142,32
182/17	Каша молочная пшенная (жидкая) с маслом сливочным	250/2	5,58	15,11	45,30	339,36
ТТК 21	Какао с молоком и витаминами	200	3,50	3,60	14,70	104,00
	Батон нарезной	50	3,75	1,25	26,25	131,25
Итого:		557				
ДЕНЬ 7. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			24,69	33,52	103,98	818,24
	ЗАВТРАК		24,69	33,52	103,98	818,24
291/17	Плов из мяса птицы	50/200	16,65	27,20	29,30	428,90
411/16	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	42,00
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	98,34
	Кондитерское изделие (печенье)	60	5,00	6,00	45,00	249,00
Итого:		550				
ДЕНЬ 8. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			30,88	19,08	99,83	715,93
	ЗАВТРАК		31,03	19,08	106,33	738,51
46/05	Биточек куриный"Солнышко"	100	19,56	14,89	8,23	245,00
309/17	Макаронные изделия отварные	200	7,52	3,79	48,00	268,00
ТТК 20	Напиток с витаминами в ассортименте	200	0,00	0,00	19,00	80,00
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	122,93
Итого:		550				
ДЕНЬ 9. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			20,86	35,63	101,20	813,46
	ЗАВТРАК		20,86	35,63	101,20	813,46
ТТК 246	Азу из мяса	100	11,34	29,00	17,00	374,36
302/17	Каша гречневая рассыпчатая	200	5,72	6,23	35,60	221,17
ТТК 19	Кисель с витаминами	200			24,00	95,00
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	122,93
Итого:		550				

ДЕНЬ 10. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			24,06	27,86	51,00	552,98
	ЗАВТРАК		24,06	27,86	51,00	552,98
	Фруктовое пюре (или фрукт яблоко) шт	1	125	0,00	0,00	16,25
210/17	Омлет натуральный с маслом	195/5	21,06	26,86	3,75	340,98
411/16	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	42,00
	Батон нарезной	40	3,00	1,00	21,00	105,00
Итого:		565				