

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
для обеспечения горячим питанием обучающихся



**20.10.2026**

**7 день**

**7-11 ЛЕТ**



| Прием пищи, наименование блюда   | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|----------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                  |              | 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          | 18,20            | 19,48   | 72,79       | 522,81                        |             |
| Полдник (овз)                    |              |                  |         |             |                               |             |
| БЛИНЫ "ДОМАШНИЕ" ТТК №55         | 100          | 5                | 12      | 21          | 210                           | ТТК №55     |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК № 15 | 200          | 0,30             | 0,00    | 15,20       | 60,00                         | ТТК № 15    |
| Итого за прием пищи:             | 300          | 5,30             | 12,00   | 36,20       | 270,00                        |             |

**12-18 ЛЕТ**

| Прием пищи, наименование блюда   | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|----------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                  |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
| Завтрак                          |              |                  |         |             |                               |             |
| СВЕКЛА С МАСЛОМ ТТК №7           | 100          | 1,60             | 6,00    | 10,10       | 97,00                         | ТТК №7      |
| РАГУ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №31            | 220          | 14,59            | 16,14   | 29,29       | 317,03                        | 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:             | 570          | 20,17            | 22,44   | 79,49       | 590,43                        |             |
| Полдник (овз)                    |              |                  |         |             |                               |             |
| БЛИНЫ "ДОМАШНИЕ" ТТК №55         | 100          | 5                | 12      | 21          | 210                           | ТТК №55     |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК № 15 | 250          | 0,46             | 0,00    | 23,75       | 93,75                         | ТТК № 15    |
| Итого за прием пищи:             | 350          | 5,46             | 12,00   | 44,75       | 303,75                        |             |