

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
для обеспечения горячим питанием обучающихся



16.09.2026

**3 день**

**7-11 ЛЕТ**



| Прием пищи, наименование блюда         | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|----------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
| Завтрак                                |              |                  |         |             |                               |             |
| КАПУСТА КВАШЕННАЯ ТТК №20              | 60           | 1,10             | 0,10    | 1,80        | 13,40                         | ТТК №20     |
| ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С КУРОЧКОЙ ТТК №21 | 200          | 13,50            | 13,20   | 26,21       | 277,64                        | ТТК №21     |
| ПЕЧЕНЬЕ ТТК №24                        | 30           | 1,80             | 5,50    | 12,60       | 107,50                        | ТТК №24     |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №15        | 200          | 0,30             | 0,00    | 15,20       | 60,00                         | ТТК №15     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №5                  | 30           | 2,30             | 0,20    | 15,10       | 71,10                         | ТТК №5      |
| Итого за прием пищи:                   | 520          | 19,00            | 19,00   | 70,91       | 529,64                        |             |

**12-18 ЛЕТ**

| Прием пищи, наименование блюда         | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|----------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
| Завтрак                                |              |                  |         |             |                               |             |
| КАПУСТА КВАШЕННАЯ ТТК №20              | 100          | 1,83             | 0,17    | 3,00        | 22,33                         | ТТК №20     |
| ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С КУРОЧКОЙ ТТК №21 | 220          | 14,85            | 14,52   | 28,83       | 305,40                        | ТТК №21     |
| ПЕЧЕНЬЕ ТТК №24                        | 30           | 1,80             | 5,50    | 12,60       | 107,50                        | ТТК №24     |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №15        | 200          | 0,30             | 0,00    | 15,20       | 60,00                         | ТТК №15     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №5                  | 30           | 2,30             | 0,20    | 15,10       | 71,10                         | ТТК №5      |
| Итого за прием пищи:                   | 580          | 21,08            | 20,39   | 74,73       | 566,34                        |             |