

Ежедневное 14-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием обучающихся 7-11 лет

"01" сентября 2026 г.

Утверждено: *М.В.М.*
Директор: *М.В.М.*
Фролова М.В.



7. Прием пищи, наименование блюда		Масса порции		Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г			
Завтрак									
Каша овсяная молочная вязкая ТТК №101	200	10,5	9,9	37,8		267,4	ТТК №101		
Бутерброд с повидлом ТТК №127	40/10/50	4,7	7,3	51,1		277,3	ТТК №127		
Чай с сахаром ТТК №302	200	0,2	0,0	15,0		58,0	ТТК №302		
Итого за прием пищи:	500	15,4	17,2	103,9		602,7			
II Завтрак									
Кондитерские изделия (Печенье)	50	3,6	5,1	36,1		202,2	ТТК № 473		
Сок фруктовый (яблочный) №707	180	0,9	0,2	17,7		80,3	707	2004	
Итого за прием пищи:	230	4,5	5,3	53,8		282,5			
Обед									
Овурел соевый ТТК №4	60	0,5	0,1	1,0		7,6	ТТК №4		
Суп картофельный ТТК №87	200	2,8	2,9	9,3		78,7	ТТК №87		
Котлеты ТТК №61	90	12,7	17,7	18,7		240,5	ТТК №61		
Каша гречневая вязкая (гарнир) ТТК №132	150	6,2	7,4	27,1		146,3	ТТК №132		
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 пеклепанный	70	4,5	0,6	28,8		138,5	ТТК № 7		
Итого за прием пищи:	820	30,8	29,0	129,6		810,4			
Полдник									
Пирожок с морковью печеный ТТК №145	100	15,1	10,6	45,6		319,5	ТТК №145		
Напиток лимонный ТТК №54	200	0,1	0,0	16,7		69,5	ТТК №54		
Итого за прием пищи:	300	15,2	10,6	62,3		389,0			
Ужин									
Салат отварная ТТК №5	100	1,1	0,1	8,5		40,7	ТТК №5		
Плов из птицы ТТК №67	150	16,8	26,5	28,0		333,8	ТТК №67		
Чай с сахаром и лимоном ТТК №301	200	0,3	0,0	15,2		60,0	ТТК №301		
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3		114,8	ТТК № 6		
Итого за прием пищи:	500	21,9	26,9	76,0		549,3			
Всего за день:		87,7	89,0	425,6		2 633,9			

Утверждено: ММ
 Директор: ММ
Евдокимов М.В.
 12-18 лет

ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 13 КОУ
«Илимовская
школа-интернат»
ОБЛАСТНОЙ УЧРЕЖДЕНИЯ
ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
ВОЛГОГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ
КОМИТЕТ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
ГОСУДАРСТВЕННОЙ АДМИНИСТРАЦИИ
ВОЛГОГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ

Масса порошка

Энергетическая ценность, ккал

№ перен-түрү

Сборник
рецензентур

КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ТТК №101	250	13,1	13,3	47,2	334,2	ТТК №101
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №127	40/10/50	4,7	7,3	51,1	277,3	ТТК №127
ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302
Итого за прием пищи:	550	18,0	20,6	113,3	669,5	
II Завтрак						
Кондитерские изделия (Печенье)	50	3,6	5,1	36,1	202,2	ТТК № 473
Сок фруктовый (яблочный) №707	180	0,9	0,2	17,7	80,3	707
Итого за прием пищи:	230	4,5	5,3	53,8	282,5	2004
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ ТТК №4	100	0,8	0,1	1,7	12,7	ТТК №4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ТТК №87	250	3,9	4,0	11,6	98,4	ТТК №87
КОТЛЕТЫ ТТК №61	100	15,9	22,3	21,0	303,3	ТТК №61
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГРИНД) ТТК №132	180	7,4	8,9	32,5	175,5	ТТК №132
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 ПЕКЛЕВАНЫЙ	70	4,5	0,6	28,8	138,5	ТТК № 7
Итого за прием пищи:	950	36,6	36,2	140,3	927,2	
Полдник						
ПИРОЖОК С МОРОЖЕНО ПЕЧЕНЬИ ТТК №145	150	22,7	12,2	68,4	479,3	ТТК №145
Напиток лимонный ТТК №54	200	0,1	0,0	16,7	69,5	ТТК №54
Итого за прием пищи:	350	22,8	12,2	85,1	548,8	
Ужин						
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ ТТК №5	100	1,1	0,1	8,5	40,7	ТТК №5
ШИШОК ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	200	21,8	31,5	37,2	471,7	ТТК №67
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,1	0,4	34,0	160,8	ТТК №6
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	30	1,9	0,3	12,3	59,4	ТТК № 7
Итого за прием пищи:	600	30,2	32,3	107,2	792,6	
Всего за день:		112,0	106,6	499,7	3 220,6	