

ГОУ
«Информационная
система «Интернет»»

Складано: Міс
ГРОД
Історія: Міс
ГРОД
Прочитана: Міс
ГРОД

2026 r.

Магга нопи

ЛИЧНЫЕ ВЕЩЕСТВА

Энергетическая
ценность, ккал

№ пенен-тыры

Сборник
рецензур

		" 7 " <i>сентября</i> 2026 г.					
10. Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Способ приготовления
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Каши молочная жидкая манная ТТК №83	200	6,5	9,2	25,7	178,7	ТТК №83	
Бульон/орол с супром ТТК №380	30/10/10	4,7	5,1	17,1	149,9	ТТК №380	
Чай с сахаром и лимоном ТТК №501	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №501	
Батон	50	3,9	1,5	25,1	129,5	ТТК №178	
Итого за прием пищи:	500	15,4	15,8	83,1	518,1		
Обед							
Орүүл соленый ТТК №4	60	0,5	0,1	1,0	7,6	ТТК №4	
Рассольник Ленинградский ТТК №204	200	4,1	7,5	12,0	75,7	ТТК №204	
Плов из птицы ТТК №67	150	16,8	26,5	28,0	353,8	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	24,5	114,8	ТТК №6	
Хлеб пеклепаний	70	4,5	0,6	28,8	138,5	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	730	30,0	35,0	114,5	774,4		
Всего за день:		45,4	50,8	197,6	1 292,5		
Дав. произволомством							

10. Прием пищи, наименование блюда

4 "Фруктовый"

2026 г.

Утверждено:
Директор: *М.А.А.**С.В.В.*

Капша молочная жирная ТТК №83	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Скорость питания
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Бутерброд с сыром ТТК №380	250	9,1	11,9	30,8	228,0	ТТК №83	
Чай с сахаром и лимоном ТТК №301	30/10/10	4,7	5,1	12,1	149,9	ТТК №380	
Батон	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301	
Итого за прием пищи:	550	3,9	1,5	25,1	129,5	ТТК № 178	
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ ТТК №4	Обед	18,0	18,5	88,2	567,4		
РАССОЛЫНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ ТТК №204	100	0,8	0,1	1,7	12,7	ТТК №4	
Плов из пшеницы ТТК №67	250	6,2	9,4	15,0	107,0	ТТК №204	
Компот из смеси сухофруктов ТТК №53	200	21,8	31,5	37,2	471,7	ТТК №67	
Хлеб пшеничный	200	0,4	0,0	20,4	84,0	ТТК №53	
Хлеб пеклеванный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	70	4,5	0,6	28,8	138,5	ТТК № 7	
Всего за день:	870	37,4	41,9	127,4	928,7		
Зат. пропариванием		55,4	60,4	215,6	1 496,0		

Ежедневное 14-ти дневное меню для обеспечения бесплатным пятиразовым питанием обучающихся 12-18 лет



4 "февраля" 2026 г.

10. Прием пищи, наименование блюда		Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ МАННАЯ ТТК №83			250	9,1	11,9	30,8	228,0	ТТК №83
БУТЕРБРОД С СЫРОМ ТТК №380			30/10/10	4,7	5,1	17,1	149,9	ТТК №380
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301			200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301
Итого за прием пищи:			550	3,9	1,5	25,1	129,5	ТТК № 178
Булочка Домашняя ТТК №146			II Завтрак					
Сок фруктовый (апельсиновый) №707			50	5,9	7,0	23,1	139,6	ТТК №146
Итого за прием пищи:			180	0,5	0,2	20,6	90,8	707
			230	6,4	7,2	43,7	230,4	2004
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ ТТК №4			Обед					
РАССОЛЫНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ ТТК №204			100	0,8	0,1	1,7	12,7	ТТК №4
ПЮФ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67			250	6,2	9,4	15,0	107,0	ТТК №204
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТТК №53			200	21,8	31,5	37,2	471,7	ТТК №67
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ			200	0,4	0,0	20,4	84,0	ТТК №53
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ			50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК №6
Итого за прием пищи:			70	4,5	0,6	28,8	138,5	ТТК №7
ПИРОЖОК С ЯБЛОКАМИ ТТК №140			870	37,4	41,9	127,4	928,7	
Напиток лимонный ТТК №54			Полдник					
Итого за прием пищи:			150	10,7	16,5	68,0	397,4	ТТК №140
			200	0,1	0,0	16,7	69,5	ТТК №54
			350	10,8	16,5	84,7	466,9	
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №152			Ужин					
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С ЯБЛОКОМ ТТК №547			250/50	28,7	27,2	59,6	606,5	ТТК №152
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ			200	0,3	0,1	10,2	43,0	ТТК №547
Итого за прием пищи:			100	7,4	0,6	48,7	229,7	ТТК №6
Всего за день:			600	36,4	27,9	118,5	879,2	
				108,9	112,0	462,5	3 072,5	

ОБРАЩАТЬСЯ
ЗА
ЗАКАЗОМ
К
ОПЕРАТОРУ
СЛУЖБЫ
ПО
ТЕЛЕФОНУ
800-100-1000

14.05.2026 10:00

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

"4" *апреля* 2026 г.



10. Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Каши молочная жидкая манная ТТК №83	200	6,5	9,2	25,7	178,7	ТТК №83	
Бутерброд с сыром ТТК №380	30/10/10	4,7	5,1	17,1	149,9	ТТК №380	
Чай с сахаром и лимоном ТТК №301	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301	
Батон	50	3,9	1,5	25,1	129,5	ТТК № 178	
Итого за прием пищи:	500	15,4	15,8	83,1	518,1		
II Завтрак							
Булочка Домашняя ТТК №146	50	5,9	7,0	23,1	139,6	ТТК №146	
Сок фруктовый (апельсиновый) №707	180	0,5	0,2	20,6	90,8	707	2004
Итого за прием пищи:	230	6,4	7,2	43,7	230,4		
Обед							
Оурец соевый ТТК №4	60	0,5	0,1	1,0	7,6	ТТК №4	
Рассольник Ленинградский ТТК №204	200	4,1	7,5	12,0	75,7	ТТК №204	
Плов из птицы ТТК №67	150	16,8	26,5	28,0	353,8	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	70	4,5	0,6	28,8	138,5	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	730	30,0	35,0	114,5	774,4		
Полдник							
Пирожок с яблоками ТТК №140	100	7,1	11,0	45,3	264,9	ТТК №140	
Напиток лимонный ТТК №54	200	0,1	0,0	16,7	69,5	ТТК №54	
Итого за прием пищи:	300	7,2	11,0	62,0	334,4		
Ужин							
Запеканка из творога с морковью с соусом молочным ТТК №152	200/50	23,9	22,6	49,6	505,4	ТТК №152	
Чай черный с яблоком ТТК №547	200	0,3	0,1	10,2	43,0	ТТК №547	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	500	27,9	23,0	84,1	663,2		
Всего за день:		86,8	91,9	387,4	2 520,4		