



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

"26" субанс 2026 г.

"26" 11.06.2026 г.									
I. Прием пищи, наименование блюда									
	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборные рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					
Завтрак									
Яйцо вареное вкрутую №337	1 шт	7,9	7,1	0,4	97,5	337		2004	
Каша молочная жидкая манная ТТК №83	200	6,5	9,2	25,7	178,7	ТТК №83			
Чай с сахаром и лимоном ТТК №301	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301			
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	29,2	137,8	ТТК № 6			
Итого за прием пищи:	524	19,2	16,7	70,5	474,0				
Обед									
Капуста квашеная ТТК №3	60	0,9	0,1	5,1	24,4	ТТК №3			
Суп картофельный с бобовыми (горох) ТТК №43	200	4,4	4,7	16,0	130,4	ТТК №43			
Рыбная поджарка ТТК №679	120	13,9	12,6	6,7	143,3	ТТК №679			
Рис отварной ТТК №69	150	3,8	12,4	38,9	283,3	ТТК №69			
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	50	3,2	0,4	20,6	98,9	ТТК № 7			
Итого за прием пищи:	830	30,3	30,5	132,0	879,1				
Всего за день:		49,5	47,2	202,5	1 353,1				
Зав. производством									

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

"об" 2026 г.

Утверждено:
Директор:

С.А. Михайловская
ГБОУ "Средняя общеобразовательная школа-интернат"



I. Прием пищи, наименование блюда		Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
Йогурт вареное вкрутую №337	1шт	7,9	7,1	0,4	97,5	337	2004	
Каши молочная жидкая манная ТТК №83	200	6,5	9,2	25,7	178,7	ТТК №83		
Чай с сахаром и лимоном ТТК №301	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301		
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	29,2	137,8	ТТК №6		
Итого за прием пищи:	524	19,2	16,7	70,5	474,0			
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								
Карпаса кашаная ТТК №3	60	0,9	0,1	5,1	24,4	ТТК №3		
Суп картофельный с бобовыми (горох) ТТК №43	200	4,4	4,7	16,0	130,4	ТТК №43		
Рыбная поджарка ТТК №679	120	13,9	12,6	6,7	143,3	ТТК №679		
Рис отварной ТТК №69	150	3,8	12,4	38,9	283,3	ТТК №69		
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 пеклепный	50	3,2	0,4	20,6	98,9	ТТК №7		
Итого за прием пищи:	830	30,3	30,5	132,0	879,1			
Полдник								
Пирожок печеный с картофелем ТТК №421	100	12,1	12,4	36,4	300,6	ТТК №421		
Напиток лимонный ТТК №54	200	0,1	0,0	16,7	69,5	ТТК №54		
Итого за прием пищи:	300	12,2	12,4	53,1	370,1			
Ужин								
Фрикадельки мясные в соусе ТТК №60	90/30	16,5	19,5	17,4	298,5	ТТК №60		
Макаронные изделия отварные ТТК №129	150	3,6	7,4	26,2	184,3	ТТК №129		
Чай с сахаром ТТК №302	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302		
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК №6		
Итого за прием пищи:	520	24,0	27,2	82,9	655,6			
Всего за день:		90,2	92,1	392,3	2 661,3			

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

"06" *Июль* 2026 г.

Утверждаю: _____
Директор: _____

Средняя школа №1
ГБОУ "Средняя школа №1 им. А.С. Пушкина"



		"ФФ" 2026 г.									
I. Прием пищи, наименование блюда		Масса порции		Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал		№ рецеп-туры		Сборник рецептов	
				Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г			
		Завтрак									
ЙОГУТ ВАРЕНОЕ ВКУТУЮ №37		1шт		7,9		7,1		0,4		97,5 337 2004	
КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ МАННАЯ ТТК №83		250		9,1		11,9		30,8		ТТК №83 228,0 ТТК №301 60,0 ТТК №6 160,8 546,3	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301		200		0,3		0,0		15,2			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		70		5,1		0,4		34,0			
Итого за прием пищи:		584		22,4		19,4		80,4			
		II Завтрак									
Кондитерские изделия (Печенье)		50		3,6		5,1		36,1		202,2 ТТК №473 80,3 707 2004	
Сок фруктовый (яблочный) №707		180		0,9		0,2		17,7			
Итого за прием пищи:		230		4,5		5,3		53,8		282,5	
		Обед									
КАПУСТА КВАШЕНАЯ ТТК №3		100		1,5		0,1		8,5		40,7 ТТК №3 163,0 ТТК №43 155,2 ТТК №679 327,3 ТТК №69 84,0 ТТК №53 114,8 ТТК №6 24,3 ТТК №7 138,5 1023,5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) ТТК №43		250		5,5		5,7		19,1			
РЫБНАЯ ПОЛДЖАРКА ТТК №679		130		17,1		15,9		7,3			
РИС ОТВАРНОЙ ТТК №69		180		4,5		13,5		46,8			
КОМОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТТК №53		200		0,4		0,0		20,4			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50		3,7		0,3		24,3			
ХЛЕБ ПЕКСЛЕВАНЫЙ		70		4,5		0,6		28,8			
Итого за прием пищи:		980		37,2		36,1		155,2			
		Полдник									
ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №421		150		18,2		18,6		54,1		450,9 ТТК №421 69,5 ТТК №54 520,4	
Напиток лимонный ТТК №54		200		0,1		0,0		16,7			
Итого за прием пищи:		150		18,3		18,6		70,8			
		Ужин									
ФРИКАДЕЛКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ ТТК №60		100/30		17,9		21,0		19,3		323,4 ТТК №60 245,7 ТТК №129 58,0 ТТК №302 160,8 ТТК №6 787,9 110,3 110,1 463,4 3160,6	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №129		200		4,7		9,3		34,9			
ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302		200		0,2		0,0		15,0			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		70		5,1		0,4		34,0			
Итого за прием пищи:		600		27,9		30,7		103,2			
Всего за день:				110,3		110,1		463,4		3160,6	

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

"16" сентября 2026 г.

Утверждаю: _____
Директор: _____



1. Прием пищи, наименование блюда							
Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур	
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак							
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №37	шт	7,9	7,1	0,4	97,5	337	2004
КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ МАННАЯ ТТК №83	250	9,1	11,9	30,8	228,0	ТТК №83	
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	
Итого за прием пищи:	584	22,4	19,4	80,4	546,3		
Обед							
КАПУСТА КВАШЕНАЯ ТТК №3	100	1,5	0,1	8,5	40,7	ТТК №3	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ТОРОХ) ТТК №43	250	5,5	5,7	19,1	163,0	ТТК №43	
РЫБНАЯ ПОДЖАРКА ТТК №679	130	17,1	15,9	7,3	155,2	ТТК №679	
РИС ОТВАРНОЙ ТТК №69	180	4,5	13,5	46,8	327,3	ТТК №69	
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 ПЕКСЛ- АНЬИ	70	4,5	0,6	28,8	138,5	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	980	37,2	36,1	155,2	1 023,5		
Всего за день:		59,6	55,5	235,6	1 569,8		
ав. производством							

Зав. производством _____