

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



Утверждено: *А.В.В.*
Директор: *А.В.В.*
Федина

"30" *август* 2026 г.

" 20 " <i>август</i> 2026 г.									
5. Прием пищи, наименование блюда									
	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					
		Завтрак							
Омлет натуральный ТТК №72	100	1,9	9,2	8,0	123,2	101	2004		
Чай с сахаром ТТК №302	150	15,3	18,9	24,4	249,4	ТТК №72			
Булочка с маслом №1	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302			
Хлеб пшеничный	30/10	2,3	7,5	14,7	135,0	1	2004		
Итого за прием пищи:	30	2,2	0,2	14,6	68,9	ТТК №6			
	520	21,9	35,8	76,7	634,5				
Обед									
Морковь отварная ТТК №128	100	2,0	0,1	6,7	34,0	ТТК №128			
Суп картофельный с бобовыми (горох) ТТК №43	200	4,4	4,7	16,0	130,4	ТТК №43			
Терфени (1-й вариант) с соусом ТТК №65	90/30	10,6	16,8	17,5	208,9	ТТК №65			
Каша пшеница вязкая (гарнир) ТТК №134	150	5,3	6,3	24,4	168,3	ТТК №134			
Компот из яблок ТТК №51	200	0,4	0,1	21,5	88,5	ТТК №51			
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК №6			
Хлеб пеклепаний	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК №7			
Итого за прием пищи:	860	28,9	28,7	126,7	824,1				
Всего за день:		50,8	64,5	203,4	1458,6				
Зав. производством									

80. *Исследования*

2026 г.

Утверждено: *М.И.И.*

Директор: *М.И.И.*

Федеральное государственное учреждение
«Федеральный центр экспертизы средств медицинского назначения»
ФГБУ «ФЦСМН» Минздрава России

ГКОУ

Федеральное государственное учреждение
«Федеральный центр экспертизы средств медицинского назначения»
ФГБУ «ФЦСМН» Минздрава России

5. Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КОНСЕРВЫ ОВОЩНЫЕ ЗАКУСОЧНЫЕ (ИКА КАБАЧКОВАЯ) №101	100	1,9	9,2	8,0	123,2	101	2004
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	200	20,4	25,2	34,0	332,5	ТТК №72	
ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302	
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1	30/10	2,3	7,5	14,7	135,0	1	2004
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	580	27,8	42,1	91,2	740,6		
Обед							
МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ ТТК №128	100	2,0	0,1	6,7	34,0	ТТК №128	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) ТТК №43	250	5,5	5,7	19,1	163,0	ТТК №43	
ТЕФТЕЛИ (1-й вариант) с соусом ТТК №65	100/30	12,5	18,7	19,2	224,6	ТТК №65	
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗАЯ (гарнир) ТТК №134	180	6,3	8,6	29,3	182,7	ТТК №134	
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА ТТК №51	200	0,4	0,1	21,5	88,5	ТТК №51	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК №6	
ХЛЕБ ПЕКСЕВАННЫЙ	70	4,5	0,6	28,8	138,5	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	980	34,9	34,1	148,9	946,1		
Всего за день:		62,7	76,2	240,1	1 686,7		

дан. произво

Зав. производством

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

«30» ноября 2026 г.



5. Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Консервы овощные закусочные (икра кабачковая) №101	100	1,9	9,2	8,0	123,2	101	2004
Омлет натуральный ТТК №72	150	15,3	18,9	24,4	249,4	ТТК №72	
Чай с сахаром ТТК №302	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302	
Бутерброд с маслом №1	30/10	2,3	7,5	14,7	135,0	1	
Хлеб пшеничный	30	2,2	0,2	14,6	68,9	ТТК №6	2004
Итого за прием пищи:	520	21,9	35,8	76,7	634,5		
II Завтрак							
Булочка ТТК №39	50	4,7	7,0	26,2	185,6	ТТК №39	
Напиток из плодов шиповника ТТК №50	180	0,5	0,2	16,7	80,0	ТТК №50	
Итого за прием пищи:	230	5,2	7,2	42,9	265,6		
Обед							
Морковь отварная ТТК №128	100	2,0	0,1	6,7	34,0	ТТК №128	
Суп картофельный с бобовыми (горох) ТТК №43	200	4,4	4,7	16,0	130,4	ТТК №43	
Терфтели (1-й вариант) с соусом ТТК №65	90/30	10,6	16,8	17,3	208,9	ТТК №65	
Каша пшеница вязкая (гарнир) ТТК №134	150	5,3	6,3	24,4	168,3	ТТК №134	
Компот из яблок ТТК №51	200	0,4	0,1	21,5	88,5	ТТК №51	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК №6	
Хлеб пеклеваный	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	860	28,9	28,7	126,7	824,1		
Полдник							
Булочка Домашняя ТТК №146	100	11,8	14,0	46,2	279,2	ТТК №146	
Компот из смеси плодов и ягод ТТК №422	200	0,2	0,1	32,3	130,5	ТТК №422	
Итого за прием пищи:	300	12,0	14,1	78,5	409,7		
Ужин							
Помидор соевый ТТК №27	60	0,6	0,0	1,4	8,2	ТТК №27	
Жаркое по-деревенски ТТК №48	180	13,2	23,4	21,2	343,9	ТТК №48	
Чай с сахаром и лимоном ТТК №301	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК №6	
Хлеб пеклеваный	30	1,9	0,3	12,3	59,4	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	510	19,0	23,9	69,6	563,4		
Всего за день:		87,0	109,7	394,4	2 697,2		

