Утверждаю
Директор Киселев Д.Г.

Согласовано
и.о. Директора
_____ О.В. Ханамирова

МКОУ "Солдатско-Степновская СШ"

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
для обеспечения горячим питанием обучающихся

5 день

16.10.2026г.

7-11 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КОТЛЕТА РЫБНАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ 90/30 ТТК №11)	120	10,2	11,05	9,8	179,5	ТТК №11
РИС ОТВАРНОЙ ТТК №14	160	2,8	3,9	25,4	147,9	ТТК №14
ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №19	200	0,20	0,00	15,00	58,00	ТТК №19
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №5	50	3,80	0,30	25,10	118,40	ТТК №5
Итого за прием пищи:	**530**	**17,00**	**15,25**	**75,30**	**503,80**	
Полдник (овз)						
БЛИНЫ "ДОМАШНИЕ" ТТК №55	100	5	12	21	210	ТТК №55
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №44	200	0,18	0,00	15,00	58,00	ТТК № 44
Итого за прием пищи:	**300**	**5,18**	**12,00**	**36,00**	**268,00**	

12-18 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КОТЛЕТА РЫБНАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ 100/30 ТТК №11)	130	11,2	12,2	10,8	97,5	ТТК №11
РИС ОТВАРНОЙ ТТК №14	200	3,7	6,2	33,9	206,2	ТТК №14
ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №19	200	0,20	0,00	15,00	58,00	ТТК №19
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №5	50	3,80	0,30	25,10	118,40	ТТК №5
Итого за прием пищи:	**580**	**18,93**	**18,70**	**84,77**	**530,10**	
Полдник (овз)						
БЛИНЫ "ДОМАШНИЕ" ТТК №55	100	5	12	21	210	ТТК №55
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №44	250	0,22	0,00	18,75	72,50	ТТК № 44
Итого за прием пищи:	**350**	**5,22**	**12,00**	**39,75**	**232,50**	