ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
для обеспечения горячим питанием обучающихся

Утверждаю
Директор
_____

Согласовано
Директор МКОУ Ольховской СШ
_____ Тюсь Тюсляковой Н.А.

7 день

22.09.2026.

7-11 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
СВЕКЛА С МАСЛОМ ТТК №7	60	0,96	2,60	6,06	58,20	ТТК №7
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №31	200	13,26	16,58	26,63	288,21	ТТК №31
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №44	200	0,18	0,00	15,00	58,00	ТТК №44
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №5	50	3,80	0,30	25,10	118,40	ТТК №5
Итого за прием пищи:	**510**	**18,20**	**19,48**	**72,79**	**522,81**	
полдник (ОВЗ)						
Щи из свежей капусты ТК №54-1с	200	4,64	5,60	5,72	92,16	ТК №54-
Чай с сахаром и лимоном ТК № 377	200	0,30	0,00	15,20	60,00	ТК №377
Хлеб пшеничный ТТК №6	30	2,34	0,30	14,46	70,08	ТТК №6
Итого за прием пищи:	**430**	**7,28**	**5,90**	**35,38**	**222,24**	

12-18 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
СВЕКЛА С МАСЛОМ ТТК №7	100	1,60	6,00	10,10	97,00	ТТК №7
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №31	220	14,59	16,14	29,29	317,03	ТТК №31
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №44	200	0,18	0,00	15,00	58,00	ТТК №44
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №5	50	3,80	0,30	25,10	118,40	ТТК №5
Итого за прием пищи:	**570**	**20,17**	**22,44**	**79,49**	**590,43**	
полдник (ОВЗ)						
Щи из свежей капусты ТК №54-1с	250	5,80	7,00	7,15	115,20	ТК №54-
Чай с сахаром и лимоном ТК № 377	200	0,30	0,00	15,20	60,00	ТК №377
Хлеб пшеничный ТТК №6	40	3,12	0,40	19,28	87,60	ТТК №6
Итого за прием пищи:	**490**	**9,22**	**7,40**	**41,63**	**262,80**	