

"УТВЕРЖДАЮ"

ИП Литвинов С.В.

Литвинов С. В.

«12» 01 2026г.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор

«12» 01 2026г.

Десятидневное цикличное меню на оказание услуг по организации бесплатного горячего питания обучающихся получающих начальное общее образование в муниципальных образовательных организациях в виде завтрака

Прием пищи	№ ТТК	Блюдо	Выход, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена
				Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1-й день (понедельник)								
Завтрак 1-4								
Завтрак	10	Каша рисовая молочная вязкая 160/5	165	4,62	6,4	31,28	203,55	29,87
	11	Масло сливочное	15	0,15	12,45	0,15	112,50	18,94
	52	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	14,4
	51	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0	9,3	38,00	6,1
	1	Хлеб пшеничный (йодированный)	40	3,16	0,40	19,32	98,40	3,89
ИТОГО завтрак			520	8,53	19,65	69,85	499,45	73,2

Итого за день _____

"УТВЕРЖДАЮ"

ИП Литвинов С.В.

Литвинов С. В.

«12» 01 2026г.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор

«12» 01 2026г.

Прием пищи	№ ТТК	Блюдо	Выход, г	Пищевые вещества (г)			Энерге-тич. ценность (ккал)	Цена
				Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
2-ой день (пн-сб)								
Завтрак 1-4								
Завтрак	54	Макаронные изделия с тертым сыром	160	9,15	13,60	29,24	282,66	34,64
	111/112	Овощи в нарезке свежие (помидор) (с 15.05. по 31.10.)						13,28
		Овощи в нарезке соленые (помидор) (с 01.11. по 15.05.)	60	0,7	0,1	2,3	12,80	
	53	Икра кабачковая п/п	60	0,8	2,9	4,3	48,00	9,74
	49	Кофейный напиток на молоке	200	2,9	2,8	14,9	94,00	11,65
	1	Хлеб пшеничный (йодированный)	40	3,16	0,40	19,32	98,40	3,89
ИТОГО завтрак			520	16,71	19,8	70,06	535,86	73,2

Итого за день _____

"УТВЕРЖДАЮ"

ИП Литвинов С.В.

Литвинов С. В.

«2» 01 2026г.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор

«1» 01 2026г.

Прием пищи	ТТК	Блюдо	Выход, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена
				Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
3-й день (среда)								
Завтрак 1-4								
Завтрак	206	Каша овсяная молочная жидкая	100	3,83	5,06	16,00	128,33	15
	20	Запеканка из творога 75/5	80	14,05	9,71	18,9	221,45	33,81
	52	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	14,4
	51	Чай с лимоном и сахаром	200	0,20	0,00	9,30	38,00	6,1
	1	Хлеб пшеничный (йодированный)	40	3,16	0,40	19,32	98,40	3,89
ИТОГО завтрак			520	21,64	15,57	73,32	533,18	73,2

Итого за день _____

"УТВЕРЖДАЮ"

ИП Литвинов С.В.

Литвинов С. В.

« 12 » 2026г.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор

« 12 » 2026г.

Прием пищи	ТТК	Блюдо	Выход, г	Пищевые вещества (г)			Энерге-тич. ценность (ккал)	Цена
				Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
4-й день (четверг)								
Завтрак 1-4								
Завтрак	115	Плов с курицей (филе)	200	27,3	8,1	33,2	314,60	57,14
	24	Салат из моркови	60	0,60	5,30	5,00	72,00	6,07
	48	Чай с сахаром	200	0,2	0	9,1	36,00	6,10
	1	Хлеб пшеничный (йодированный)	40	3,16	0,40	19,32	98,40	3,89
ИТОГО завтрак			500	31,26	13,8	66,62	521	73,2

Итого за день _____

"УТВЕРЖДАЮ"

ИП Литвинов С.В.

Литвинов С. В.

«12» 01 2026г.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор

«12» 01 2026г.

Прием пищи	ТТК	Блюдо	Выход, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена
				Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
5-й день (пятница)								
Завтрак 1-4								
Завтрак	186	Каша гречневая с молоком	200	8,5	4,6	33,13	218	23,84
	3	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,3	63,00	13,28
	6	Сыр	15	3,95	4,00	0,00	52,50	20,97
	5	Кондитерское изделие (печенье)	10	0,7	0,95	7,5	41	5,12
	51	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0	9,3	38,00	6,1
	1	Хлеб пшеничный (йодированный)	40	3,16	0,40	19,32	98,40	3,89
ИТОГО завтрак			505	21,61	14,55	69,55	510,9	73,2

Итого за день _____

"УТВЕРЖДАЮ"

ИП Литвинов С.В.

Литвинов С. В.

«12» 01 2026г.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор

«12» 01 2026г.

Прием пищи	ТТК	Блюдо	Выход, г	Пищевые вещества (г)			Энерге-тич. ценность (ккал)	Цена
				Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
6-й день (показательный)								
Завтрак 1-4								
Завтрак	62	Каша манная молочная жидкая 180/5	185	5,50	7,40	27,30	200,00	27,84
	6	Сыр	15	3,95	4,00	0,00	52,50	20,97
	49	Кофейный напиток на молоке	200	2,9	2,8	14,9	94,00	6,10
	1	Хлеб пшеничный (йодированный)	40	3,16	0,40	19,32	98,40	3,89
	пром	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	14,40
Итого завтрак			540	15,91	15	71,32	491,90	73,20

Итого за день _____

"УТВЕРЖДАЮ"

ИП Литвинов С.В.

Литвинов С. В.

«12» 01 2026г.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор

«12» 01 2026г.

Прием пищи	ТТК	Блюдо	Выход, г	Пищевые вещества (г)			Энергетич. ценность (ккал)	Цена
				Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
7-й день (вторник)								
Завтрак 1-4								
Завтрак	206	Каша овсяная молочная жидкая	100	3,83	5,06	16,00	128,33	15
	112	Омлет с сыром	75	9,50	12,70	1,50	158,00	31,8
	52	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	14,40
	50	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,1	30,9	123,00	8,11
	1	Хлеб пшеничный (йодированный)	40	3,16	0,40	19,32	98,40	3,89
Итого завтрак			515	17,39	18,66	77,52	554,73	73,20

Итого за день _____

"УТВЕРЖДАЮ"

ИП Литвинов С.В.

Литвинов С. В.

«12» 07 2026г.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор

«12» 01 2026г.

Прием пищи	ТТК	Блюдо	Выход, г	Пищевые вещества (г)			Энергетич. ценность (ккал)	Цена
				Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
8-й день (среда)								
Завтрак 1-4								
Завтрак	115	Плов с курицей (филе)	200	27,3	8,1	33,2	314,60	57,14
	24	Салат из моркови	60	0,60	5,30	5,00	72,00	6,07
	48	Чай с сахаром	200	0,2	0	9,1	36,00	6,10
	1	Хлеб пшеничный (йодированный)	40	3,16	0,40	19,32	98,40	3,89
Итого завтрак			500	31,26	13,8	66,62	521,00	73,20

Итого за день _____

"УТВЕРЖДАЮ"

ИП Литвинов С.В.

Литвинов С. В.

«12» 01 2026г.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор

«12» 01 2026г.

Прием пищи	ТТК	Блюдо	Выход, г	Пищевые вещества (г)			Энерге-тич. ценность (ккал)	Цена
				Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
9-й день (четверг)								
Завтрак 1-4								
Завтрак	59	Вареники с творогом	185	30,40	11,50	25,60	327,00	48,81
	52	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47	14,40
	48	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0	9,3	38,00	6,10
	1	Хлеб пшеничный (йодированный)	40	3,16	0,40	19,32	98,40	3,89
Итого завтрак			525	34,16	12,3	64,02	510,40	73,20

Итого за день _____

ИП Литвинов С.В.

2026г.



Директор

Therapsidacoba C. A.

«10» 2026г


