**Утверждаю:**
Директор МБОУ СШ 1 _____Дронина М.А

**Меню на 19.10.2026.**

| | № рец. | Наименование блюд | Вес блюда | Пищевые вещества/г/ | | | Энергет. ценность | Витамины (мг) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 1 | 2 | 7-11 лет | 7-11 лет | 7-11 лет | 7-11 лет | 7-11 лет | 7-11 лет |
| Питание для 1-4 классов (завтрак, бюджетные средства) | ТТК №28 | Овощи по сезону (огурец соленый или огурец свежий) | 60 | 0,5 | 0,1 | 1 | 7,8 | |
| | ТТК №22 | Котлета куриная из птицы с соусом томатным | 90/30 | 10,3 | 12,3 | 13,1 | 204,4 | |
| | ТТК №23 | Макаронные изделия отварные | 150 | 4,6 | 5,2 | 29,6 | 183,6 | |
| | ТТК №15 | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,30 | 0,00 | 15,20 | 60,00 | |
| | ТТК №5 | Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 15,1 | 71,1 | |
| | | **Итого за прием пищи:** | **560** | **18,00** | **17,80** | **74,00** | **526,90** | |

| | № рец. | Наименование блюд | Вес блюда | Пищевые вещества/г/ | | | Энергет. ценность | Витамины (мг) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 1 | 2 | 12-18 лет | 12-18 лет | 12-18 лет | 12-18 лет | 12-18 лет | 12-18 лет |
| Питание для 5-11 классов (завтрак, бюджетные средства) | ТТК №28 | Овощи по сезону (огурец соленый или огурец свежий) | 100 | 0,8 | 0,2 | 1,7 | 13,0 | |
| | ТТК №22 | Котлета куриная из птицы с соусом томатным | 100/30 | 11,44 | 13,67 | 14,56 | 227,11 | |
| | ТТК №23 | Макаронные изделия отварные | 180 | 5,52 | 6,24 | 35,52 | 220,32 | |
| | ТТК №15 | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,30 | 0,00 | 15,20 | 60,00 | |
| | ТТК №5 | Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 15,1 | 71,1 | |
| | | **Итого за прием пищи:** | **640** | 20,40 | **20,27** | **82,04** | **591,53** | |

| | № рец. | Наименование блюд | Вес блюда | Пищевые вещества/г/ | | | Энергет. ценность | Витамины (мг) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | завтрак | | | | | |
| Питание для ОВЗ | ТТК №28 | Овощи по сезону (огурец соленый или огурец свежий) | 60 | 0,5 | 0,1 | 1 | 7,8 | |
| | ТТК №22 | Котлета куриная из птицы с соусом томатным | 90/30 | 10,3 | 12,3 | 13,1 | 204,4 | |
| | ТТК №23 | Макаронные изделия отварные | 150 | 4,6 | 5,2 | 29,6 | 183,6 | |
| | ТТК №15 | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,30 | 0,00 | 15,20 | 60,00 | |
| | ТТК №5 | Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 15,1 | 71,1 | |
| | | **Итого за прием пищи :** | **560** | **18,00** | **17,80** | **74,00** | **526,90** | |
| | | | Полдник | | | | | |
| | ТТК №41 | Суп с макаронными изделиями | 200 | 5,12 | 5,6 | 19,3 | 148 | |
| | ТТК №5 | Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 0,30 | 25,10 | 118,40 | |
| | ТТК №19 | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 58,00 | |
| | | **Итого за прием пищи:** | **450** | **9,12** | **5,90** | **59,40** | **324,40** | |
| | | **Стоимость –190.00 руб.** | | | | | | |

| | № рец. | Наименование блюд | Вес блюда | Пищевые вещества/г/ | | | Энергет. Ценность | Витамины (мг) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Питание для ГПД | 70,71,80 | Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый.) | 60 | 0,6 | 0,1 | 1,8 | 13,2 | |
| | 99 | Суп из овощей на м/к бульоне | 200 | 1,5 | 3,0 | 8,8 | 71,7 | |
| | 289 | Рагу из птицы | 200 | 12,8 | 12,7 | 15,2 | 208,0 | |
| | 685 | Чай с сахаром | 200 | 0,00 | 0,00 | 15,00 | 58,00 | |
| | ТТК №6 | Хлеб пшеничный | 30 | 3,9 | 0,5 | 24,1 | 116,8 | |
| | | **Итого за прием пищи:** | **690** | **18,8** | **16,3** | **64,9** | **467,7** | |
| | | **Стоимость – 150.00 руб.** | | | | | | |

| | № рец. | Наименование блюд | Вес блюда | Пищевые вещества/г/ | | | Энергет. Ценность | Витамины (мг) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Платный завтрак | ТТК №28 | Овощи по сезоны (огурец соленый или огурец свежий) | 60 | 0,5 | 0,1 | 1 | 7,8 | |
| | ТТК №22 | Котлета куриная из птицы с соусом томатным | 90/30 | 10,3 | 12,3 | 13,1 | 204,4 | |
| | ТТК №23 | Макаронные изделия отварные | 150 | 4,6 | 5,2 | 29,6 | 183,6 | |
| | ТТК №15 | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,30 | 0,00 | 15,20 | 60,00 | |
| | ТТК №5 | Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 15,1 | 71,1 | |
| | | **Итого за прием пищи:** | **560** | **18,00** | **17,80** | **74,00** | **526,90** | |

Повар МБОУ СШ № 1 г. Котово _____ Н.И. Ситникова

Ответственный за питание в МБОУ СШ № 1 г. Котово А.И.Зибарова