



Меню

обеды для детей, обучающихся 1-4 классы,

(7-11 лет)

2026 г.

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюдо	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рец.	Цена
1	1	Обед детей, обучающихся в 1-4 классах	1 блюдо	Рассольник ленинградский с курицей и сметаной	225	4,5	6,6	14,4	135,4	ТТК 56	28
			2 блюдо	Биточки фермерские (90 гр)	90	14,7	11,8	10,3	204	ТТК 534	70,5
			гарнир	Макаронные изделия отварные	160	6,2	5,2	37,9	222,8	ТТК 41	14,9
			напиток	Напиток витаминный (изюм, шиповник)	200	0,6	0	24,1	94,7	473/16	10
			хлеб бел.	Батон	51	4,2	1,1	26,7	133,4	ТТК 7	5,6
ИТОГО за день :					726	30,20	24,70	113,40	790,30		129,00
1	2	Обед детей, обучающихся в 1-4 классах	1 блюдо	Щи из свежей капусты с курицей со сметаной	272,5	5	8,3	9,4	128,8	98	32
			2 блюдо	Фрикадельки куриные с соусом сметанным	140	18	9	17,3	222,3	ТТК 697	66,5
			гарнир	Каша гречневая рассыпчатая	160	9,6	5,9	50,3	295,6	ТТК 21	15,4
			напиток	Напиток из сока	200	0	0	23,6	90	185	10
			хлеб бел.	Батон	47	3,8	1	24,6	122,9	ТТК 7	5,1
ИТОГО за день :					820	36,40	24,20	125,20	859,60		129,00
1	3	Обед детей, обучающихся в 1-4 классах	1 блюдо	Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей	212,5	5,3	4,4	16,6	126,9	ТТК 83	25
			2 блюдо	Плов из птицы	250	22,1	19,2	46,5	447,4	ТТК 51	82,5
			напиток	Компот из земляники	200	0,2	0,1	31,8	124	ТТК 316	17,5
			хлеб бел.	Батон	37	3	0,8	19,4	96,8	ТТК 7	4
ИТОГО за день :					700	30,60	24,50	114,30	795,10		129,00
1	4	Обед детей, обучающихся в 1-4 классах	1 блюдо	Суп картофельный с горохом с курицей	262,5	10,3	7,7	17,7	182,7	ТТК82	26
			2 блюдо	Суфле "Рыбка золотая" (минтай)	90	9,9	10,2	7,5	161,3	87/08	58,9
			гарнир	Картофельное пюре	150	3,3	4,9	22,1	145,6	ТТК 20	28
			напиток	Компот из сухофруктов	200	1,6	0,4	34,8	147,8	ТТК183	10
			хлеб бел.	Батон	56	4,6	1,2	29,3	146,4	ТТК 7	6,1
ИТОГО за день :					759	29,70	24,40	111,40	783,80		129,00
1	5	Обед детей, обучающихся в 1-4 классах	1 блюдо	Борщ из св. капусты с курицей и сметаной	220	4	6,9	10,5	118,4	ТТК 100	28
			2 блюдо	Биточки особые	90	14,9	11,4	13,8	216	ТТК 236	71,5
			гарнир	Каша пшеничная вязкая 150	160	4,9	6,2	25,7	177,7	ТТК 678	15,4
			гор.напиток	Чай с лимоном	207	0,1	0	15,2	59,2	ТТК 93	9
			хлеб черн.	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	51	5,4	1,2	35,3	173,3	ТТК 540	5,1
ИТОГО за день :					728	29,30	25,70	100,50	744,60		129,00

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюдо	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рец.	Цена
2	6	Обед детей, обучающихся в 1-4 классах	1 блюдо	Суп картофельный с горохом с курицей	262,5	10,3	7,7	17,7	182,7	ТТК82	26
			2 блюдо	Плов из свинины	250	20	17,1	45,2	428,6	ТТК 462	80,5
			напиток	Компот из земляники	200	0,2	0,1	31,8	124	ТТК 316	17,5
			хлеб бел.	Батон	46	3,8	1	24,1	120,3	ТТК 7	5
ИТОГО за день :					759	34,30	25,90	118,80	855,60		129,00

2	7	Обед детей, обучающихся в 1-4 классах	1 блюдо	Рассольник ленинградский с курицей и сметаной	222,5	5	7,3	13,9	142,6	ТТК 56	33
			2 блюдо	Макароны с курицей	250	23	18,5	40,9	422	ТТК 471	76
			напиток	Компот из изюма и кураги	200	0,8	0,1	31,7	125,4	ТТК 160	15
			хлеб бел.	Батон	46	3,8	1	24,1	120,3	ТТК 7	5
ИТОГО за день :					719	32,60	26,90	110,60	810,30		129,00
2	8	Обед детей, обучающихся в 1-4 классах	1 блюдо	Уха со взбитым яйцом (минтай)	250	4,2	3	13	96,2	ТТК 92	25,5
			2 блюдо	Бефстроганов (филе куриное)	100	15,8	13,9	5,9	201,3	ТТК 386	76
			гарнир	Каша пшенная вязкая	160	4,6	7,4	25,4	192	304/ТТК	11,7
			напиток	Напиток витаминный (изюм, шиповник)	200	0,6	0	24,1	94,7	473/16	10
			хлеб черн.	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	58	6,1	1,4	40,1	197,1	ТТК 540	5,8
ИТОГО за день :					768	31,30	25,70	108,50	781,30		129,00
2	9	Обед детей, обучающихся в 1-4 классах	1 блюдо	Суп с макаронными изделиями с курицей (200/12,5)	212,5	4,8	5,5	13,6	123,3	ТТК 241	18,5
			2 блюдо	Котлета "Переменка"	90	13	16,4	11,1	244	ТТК 466	70
			гарнир	Картофельное пюре	160	3,5	5,2	23,5	155,3	ТТК 20	29,8
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0	0	20	75,8	ТТК 95	5
			хлеб черн.	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	57	6	1,4	39,4	193,7	ТТК 540	5,7
ИТОГО за день :					720	27,30	28,50	107,60	792,10		129,00
2	10	Обед детей, обучающихся в 1-4 классах	1 блюдо	Щи из свежей капусты с курицей и сметаной	222,5	4,7	7,2	7,6	111,4	ТТК 98	29,5
			2 блюдо	Суфле "Курочка ряба"	90	14,6	10,4	9	188,4	ТТК 146	69,7
			гарнир	Каша гречневая рассыпчатая	150	9	5,5	47,2	277,1	ТТК 21	14,5
			напиток	Напиток из сока	200	0	0	23,6	90	185	10
			хлеб бел.	Батон	49	4	1,1	25,7	128,1	ТТК 7	5,3
ИТОГО за день :					712	32,30	24,20	113,10	795,00		129,00