



МЕНЮ

на 13 октября 2025г.

Примеры блюд, наименования блюд 7-11 лет	Масса порции	Полная порция		Полная порция вместимости, грам	№ рецептур
		Блюдо, г	Вместимость, г		
Завтрак (2х, 6-ти разовое)					
Яйцо вареное всмятку	1шт	7,0	7,1	97,5	337
Каша молочная манная издана с маслом	250	6,3	6,2	238,5	ТТК №83
Чай с сахаром и лимоном	200	6,3	6,0	60,0	ТТК №101
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	160,8	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	534	35,2	34,0	546,3	
Обед (2х, 6-ти разовое)					
Овощи по сезону (капусты квашеная)	100	1,5	0,1	40,7	ТТК №3
Суп картофельный с бобовыми (горю)	250	5,5	5,7	163,0	ТТК №43
Рыбная поджарка	130	17,1	15,9	155,2	ТТК №679
Рис отварной	180	4,5	13,5	327,3	ТТК №69
Компот из фруктов	200	0,4	0,0	84,0	ТТК №53
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	114,8	ТТК № 6
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,4	138,5	ТТК № 7
Итого за прием пищи:	880	37,2	36,1	1 833,5	
Полдник (5-ти разовое)					
Пирожок печеный с картошкой	150	18,2	18,6	455,9	ТТК №421
Сок фруктовый	200	1,0	0,2	80,2	707
Итого за прием пищи:	350	19,2	18,8	546,1	
Ужин (5-ти разовое)					
Фрикадельки мясные в соусе	150/30	17,9	21,8	323,4	ТТК №60
Макаронные изделия отварные (жюль)	200	4,7	9,3	245,7	ТТК №129
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом.	200	0,2	0,0	58,0	ТТК №302
Хлеб пшеничный	70	5,1	0,4	160,8	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	609	27,9	30,7	787,9	
Ужин 2 (5-ти разовое)					
Бесподогонный продукт (кофе)	180	3,0	4,4	92,5	698
Батон	30	2,3	0,9	77,7	ТТК № 178
Итого за прием пищи:	216	7,3	5,3	170,2	
Всего за день:		114,8	110,3	3 668,0	

Зам. Производства

Директор ООО "Венера"



Директор ООО "Восток"  **Е.Е. Кузнецов**

Е.Е. Кузнецов

МЕНЮ

на 14 октября 2025г.

Примеры блюд, наименования блюд 7-11 лет	Масса порции	Плановые показатели			Всего сырья штук, кг	№ рецептур
		Лист 1	Лист 2	Универсальн 3		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)						
Каша молочная жидкая ячневая	200	6,5	9,2	25,7	178,7	ТТК №789
Бутерброд с сыром	30/10/10	4,7	5,1	17,1	149,9	ТТК №380
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	13,0	58,0	ТТК №302
Батон	50	3,9	1,3	25,1	129,3	ТТК № 178
Фрукты свежие	200	0,8	0,8	19,0	91,2	318
Итого за завтрак:	848	16,6	16,6	101,9	607,3	
Обед (2х, 5-ти разовое)						
Морожен, отварная	60	1,2	0,1	4,0	34,0	ТТК №128
Суп из овощей	200	1,9	2,6	12,8	99,0	ТТК №205
Котлеты, бутерброд, омлет	90	12,7	17,7	18,7	240,3	ТТК №61
Картофельное пюре с маслом	150	4,2	4,3	22,8	144,2	ТТК №136
Компот из яблок	200	0,4	0,1	21,9	88,3	ТТК №31
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	26,3	114,8	ТТК № 6
Хлеб пшеничный	80	5,1	0,7	32,9	158,3	ТТК № 7
Итого за обед:	830	19,2	25,9	137,8	800,3	
Полдник (5-ти разовое)						
Пирожок с яблоками	100	7,1	11,0	45,3	264,9	ТТК №140
Молоко кипяченое	200	5,6	4,9	9,3	104,8	697
Итого за полдник:	308	12,7	15,9	54,6	369,7	
Ужин (5-ти разовое)						
Паштет с творогом с соусом молочным (сладким)	200/50	14,9	16,0	60,5	364,2	ТТК №154
Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,0	13,2	60,0	ТТК №301
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
Итого за ужин:	500	28,9	16,3	86,6	539,0	
Ужин 2 (5-ти разовое)						
Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,0	4,4	7,0	92,5	698
Батон	30	2,3	0,9	13,0	77,7	ТТК № 178
Итого за ужин:	210	7,3	5,3	22,0	170,2	
Всего за день:		86,2	79,9	401,6	2 666,6	

Директор ООО "Восток"  **Е.Е. Кузнецов**

Пример блюда, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Плановые показатели			Загрузка сырья, кг	№ рецептур
		Лист 1	Лист 2	Лист 3		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)						
Каша молочная жидкая ячневая Бутерброд с сыром Чай с сахаром Батон Фрукты свежие Итого за пример пищи:	200	9,1	11,9	30,8	228,0	ТТК №789
	30/10/10	4,7	5,1	17,1	149,9	ТТК №380
	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302
	80	4,6	1,8	30,1	155,4	ТТК № 178
	200	0,8	0,8	19,0	91,2	318
	680	19,4	19,6	112,0	682,5	
Общая (2х, 5-ти разовое)						
Морожен, отварная	100	2,0	0,1	6,7	34,0	ТТК №128
Суп из овощей	250	2,3	2,9	16,0	122,8	ТТК №205
Котлеты, бутерброд, омлет	100	15,9	22,3	21,0	203,3	ТТК №61
Картофельное пюре с маслом	180	5,9	5,2	27,4	177,0	ТТК №136
Компот из яблок	200	0,4	0,1	21,9	88,3	ТТК №31
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	138,5	ТТК № 7
Итого за пример пищи:	850	33,8	31,5	145,7	975,9	
Полдник (5-ти разовое)						
Пирожок с яблоками	150	10,7	16,5	68,0	397,4	ТТК №140
Молоко кипяченое	200	5,6	4,9	9,3	104,8	697
Итого за пример пищи:	350	16,3	21,4	77,3	502,2	
Ужин (5-ти разовое)						
Паштет с творогом с соусом молочным (сладким)	270/50	22,0	20,5	62,5	490,9	ТТК №154
Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301
Хлеб пшеничный	80	3,9	0,5	38,9	183,8	ТТК № 6
Итого за пример пищи:	600	26,2	21,0	116,6	734,7	
Ужин 2 (5-ти разовое)						
Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,0	4,4	7,4	92,5	698
Батон	30	2,3	0,9	13,0	77,7	ТТК № 178
Итого за пример пищи:	210	7,3	5,3	22,4	170,2	
Всего за день:		103,0	88,8	474,0	3 666,6	

Зав. Производством

МЕНЮ

на 15 октября 2025г.

Прямые пиццы, замороженные блинчики	3 день, 7-11 лет	Масса порция	Порционная стоимость		Замороженные блинчики, шт.	на расчет-период
			Валовая, г	Жирная, г		
Завтрак (2х, 5-ти разное)						
Каша пшенная молочная вязкая	200	10,4	9,2	38,0	324,0	ТТК №108
Булгур с говядиной	400/500	4,7	7,3	51,1	277,3	ТТК №127
Чай с сахаром и лимон	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301
Итого за прямые пиццы:	700	15,4	16,5	104,3	661,3	
Обед (2х, 5-ти разное)						
Оладьи по сезону (используем сезонный)	60	0,6	0,0	1,4	8,2	ТТК №27
Суп картофельный	200	2,8	2,9	9,3	78,7	ТТК №87
Гречка по-купечески с филе курицы	150	17,8	27,0	35,3	370,7	ТТК №408
Сок фруктовый	200	0,6	0,0	32,0	131,9	Т07
Хлеб пшеничный	90	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
Хлеб пшеничный	70	4,3	0,0	28,8	138,5	ТТК № 7
Итого за прямые пиццы:	620	30,8	30,3	129,3	848,8	
Полдник (5-ти разное)						
Переход печеный с капустой	100	13,8	14,2	48,6	308,6	ТТК №138
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302
Фрукты свежие	200	0,3	0,3	19,0	91,2	338
Итого за прямые пиццы:	300	14,3	15,8	82,6	457,8	
Ужин (5-ти разное)						
Котлета рыбная Любительская	90	8,4	10,7	11,2	167,1	ТТК №33
Каша рассычатая с овощами (рисовая)	150	7,6	12,1	35,6	224,7	ТТК №180
Чай с сахаром каркаде	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №241
Хлеб пшеничный	90	4,3	0,4	29,2	137,8	ТТК № 6
Итого за прямые пиццы:	500	20,5	23,2	91,0	597,6	
Ужин 2 (5-ти разное)						
Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,0	4,4	7,0	92,3	9, 698
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7	ТТК № 178
Итого за прямые пиццы:	210	7,3	5,3	22,0	170,0	
Всего за день:						
		88,3	90,8	441,0	2 771,3	

Директор ООО «Венгера»:

Зав. Производством:

Прямые пиццы, замороженные блинчики	3 день, 12-18 лет	Масса порция	Порционная стоимость		Замороженные блинчики, шт.	на расчет-период
			Валовая, г	Жирная, г		
Завтрак (2х, 6-ти разное)						
Каша пшенная молочная вязкая	250	11,0	11,3	47,3	400,0	ТТК №108
Булгур с говядиной	400/500	4,7	7,3	51,1	277,3	ТТК №127
Чай с сахаром и лимон	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301
Итого за прямые пиццы:	700	16,0	18,6	113,6	742,3	
Обед (2х, 6-ти разное)						
Оладьи по сезону (используем сезонный)	100	1,1	0,0	2,9	11,6	ТТК №27
Суп картофельный	250	3,3	4,0	11,6	98,6	ТТК №87
Гречка по-купечески с филе курицы	200	21,3	36,0	44,7	502,3	ТТК №408
Сок фруктовый	200	0,6	0,0	32,0	131,9	707
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
Хлеб пшеничный	70	4,3	0,0	28,8	138,5	ТТК № 7
Итого за прямые пиццы:	600	31,5	40,9	143,7	993,6	
Полдник (5-ти разное)						
Переход печеный с капустой	150	18,2	21,3	72,9	462,9	ТТК №138
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302
Фрукты свежие	200	0,3	0,3	19,0	91,2	338
Итого за прямые пиццы:	350	19,2	22,1	106,9	612,1	
Ужин (5-ти разное)						
Котлета рыбная Любительская	100	11,2	14,0	12,3	176,3	ТТК №33
Каша рассычатая с овощами (рисовая)	200	10,1	10,2	47,3	295,6	ТТК №180
Чай с сахаром каркаде	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №241
Хлеб пшеничный / Хлеб пшеничный	70/210	5,1/5,9	8,4/3,3	36/12,1	160,8/99,6	ТТК № 6/7
Итого за прямые пиццы:	600	26,5	32,0	121,1	790,6	
Ужин 2 (5-ти разное)						
Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,0	4,4	7,0	92,3	698
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7	ТТК № 178
Итого за прямые пиццы:	210	7,3	5,3	22,0	170,0	
Всего за день:						

МЕНЮ

на 16 октября 2025г.

Примеры блюд, наименования блюд 7-11 лет	Масса порции	Пользователь		Загрузка	№ рецепта-тура
		Время, г	Время, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)					
Каша вязкая молочная рисовая с творогом	200	7,9	13,0	30,2	ТТК №53
Яйцо вареное всмятку	1шт	7,9	7,1	0,4	337
Чай с сахаром каркаде	200	0,2	0,0	15,0	ТТК №241
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	29,2	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	624	20,4	30,5	74,8	519,3
Обед (2х, 5-ти разовое)					
Овощи по сезону (огурец соевый)	60	0,5	0,1	1,0	7,6
Щи из свеклы капуста с картофелем	200	1,6	3,0	8,0	70,4
Фрикадельки мясные в соусе	90/20	16,5	19,5	17,4	298,5
Каша гречневая вязкая	150	6,2	7,4	27,1	140,3
Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	20,4	84,0
Хлеб пшеничный	60	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пшеничный	60	3,2	0,4	20,6	98,0
Итого за прием пищи:	630	32,1	30,7	116,8	828,5
Полдник (6-ти разовое)					
Пирог с морщью печеный	90	1,1	10,6	45,6	319,5
Сок фруктовый	200	1,0	0,2	19,6	89,2
Итого за прием пищи:	690	16,1	19,8	65,2	408,7
Ужин (6-ти разовое)					
Салат отварная	100	1,1	0,1	8,5	40,7
Макароник с печенью	150	12,0	20,7	38,0	334,8
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	58,0
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	29,2	137,8
Итого за прием пищи:	610	17,8	21,2	90,7	571,3
Ужин 2 (6-ти разовое)					
Бутерброд с помидом	20/15	1,6	0,1	19,2	82,4
Молоко кипяченое	180	5,1	4,4	8,4	94,3
Итого за прием пищи:	218	6,7	4,5	27,6	176,7
Всего за день:		85,1	87,7	377,1	3 493,3

Директор ООО "Венера"

Зам. Производителя

Примеры блюд, наименования блюд 12-18 лет	Масса порции	Пользователь		Загрузка	№ рецепта-тура
		Время, г	Время, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)					
Каша вязкая молочная рисовая с творогом	200	9,8	16,3	37,8	ТТК №53
Яйцо вареное всмятку	1шт	7,9	7,1	0,4	337
Чай с сахаром каркаде	200	0,2	0,0	15,0	ТТК №241
Хлеб пшеничный	70	5,1	0,4	34,0	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	694	33,0	33,8	87,2	598,6
Обед (2х, 5-ти разовое)					
Овощи по сезону (огурец соевый)	100	0,8	0,1	1,7	12,7
Щи из свеклы капуста с картофелем	250	2,0	4,3	10,0	88,0
Фрикадельки мясные в соусе	100/20	17,9	21,0	19,3	323,4
Каша гречневая вязкая	180	7,4	8,9	32,9	175,5
Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	20,4	84,0
Хлеб пшеничный	80	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,4	28,8	134,5
Итого за прием пищи:	980	36,7	35,3	137,0	936,9
Полдник (6-ти разовое)					
Пирог с морщью печеный	150	22,7	12,2	68,4	479,3
Сок фруктовый	200	1,0	0,2	19,6	89,2
Итого за прием пищи:	690	33,7	13,4	88	568,5
Ужин (6-ти разовое)					
Салат отварная	100	1,1	0,1	8,5	40,7
Макароник с печенью	200	19,9	27,6	48,4	431,7
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	58,0
Хлеб пшеничный / Хлеб пшеничный	70/30	5,1/5,9	0,4/0,3	34/12,3	168,8/9,4
Итого за прием пищи:	600	38,2	28,4	118,2	772,9
Ужин 2 (6-ти разовое)					
Бутерброд с помидом	20/15	1,6	0,1	19,2	82,4
Молоко кипяченое	180	5,1	4,4	8,4	94,3
Итого за прием пищи:	218	6,7	4,5	27,6	176,7
Всего за день:		118,3	104,3	458,0	3 653,3

Директор ООО "Венера"

Зам. Производителя



Директор ООО «Венера»
Е.Е. Козырева

МЕНЮ

на 17 октября 2025г.

Примеры меню, рекомендуемые блюда 7-11 лет	В день	Масса порции	Полный завтрак		Завтрак-полдник чай, сок	на обед-полдник
			Время, г	Время, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)						
Консервы овощные закусочные (из картофеля)		100	1,9	9,2	8,0	123,2
Омлет натуральный		100	13,3	18,9	24,6	249,4
Чай с сахаром		200	0,2	0,0	15,0	98,6
Булочка с маслом		30/10	2,3	7,5	14,7	135,6
Хлеб пшеничный		30	2,2	0,2	14,6	68,9
Итого за завтрак:		520	21,9	35,8	76,7	634,5
Обед (2х, 5-ти разовое)						
Овощи по сезону (морковь отварная)		60	2,0	0,1	6,7	34,0
Суп из овощей		200	1,9	2,8	12,8	99,0
Тефтели (1-й вариант) с соусом		80/90	10,6	10,8	17,3	208,9
Каша пшеничная вязкая		150	5,3	6,3	24,4	158,3
Компот из яблок		200	0,4	0,1	21,5	88,5
Хлеб пшеничный		50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пшеничный		40	3,5	0,4	16,5	79,2
Итого за обед:		520	26,4	24,6	123,8	784,7
Полдник (5-ти разовое)						
Булочка Домашняя		100	11,8	14,0	46,2	279,2
Компот из смеси ягод и ягод		200	0,2	0,1	32,3	130,5
Итого за полдник:		300	12	14,1	78,5	409,7
Ужин (5-ти разовое)						
Овощи по сезону (помидор соевый)		60	0,6	0,0	1,6	8,2
Жареное по-деревенски		180	13,2	23,4	21,2	343,9
Чай с сахаром и лимон		200	0,3	0,0	15,2	60,0
Хлеб пшеничный		40	3,0	0,2	19,3	91,9
Хлеб пшеничный		30	1,9	0,3	12,3	59,4
Итого за ужин:		520	19,0	23,9	69,6	563,4
Ужин 2 (5-ти разовое)						
Бесподогретый продукт (картофель)		180	5,0	6,4	7,0	92,5
Батон		30	2,3	0,9	15,0	77,7
Итого за ужин 2:		210	7,3	7,3	22,0	170,2
Всего за день:						

Директор ООО «Волжская»

Зав. Производством

Примеры меню, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Полный завтрак		Завтрак-полдник чай, сок	на обед-полдник
		Время, г	Время, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)					
Консервы овощные закусочные (из картофеля)	100	1,9	9,2	8,0	123,2
Омлет натуральный	200	20,4	25,2	34,0	322,8
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	98,6
Булочка с маслом	30/10	2,3	7,5	14,7	135,6
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9
Итого за завтрак:	580	27,8	41,9	86,2	740,6
Обед (2х, 5-ти разовое)					
Овощи по сезону (морковь, отварная)	100	2,0	0,1	6,7	34,0
Суп из овощей	250	2,3	2,9	16,8	123,8
Тефтели (1-й вариант) с соусом	100/30	12,5	18,7	19,2	224,6
Каша пшеничная вязкая	180	6,3	8,6	29,3	182,7
Компот из яблок	200	0,4	0,1	21,5	88,5
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	138,5
Итого за обед:	680	31,7	31,3	145,8	966,9
Полдник (5-ти разовое)					
Булочка Домашняя	150	17,7	21,0	69,3	418,8
Компот из смеси ягод и ягод	200	0,2	0,1	32,3	130,5
Итого за полдник:	350	17,9	21,1	101,6	549,3
Ужин (5-ти разовое)					
Овощи по сезону (помидор соевый)	100	1,1	0,0	2,3	13,6
Жареное по-деревенски	200	14,7	24,0	23,6	382,1
Чай с сахаром и лимон	200	0,3	0,0	15,2	60,0
Хлеб пшеничный	60	3,9	0,5	24,6	118,7
Хлеб пшеничный	80	4,3	0,6	29,2	137,8
Итого за ужин:	670	24,7	24,9	94,9	713,8
Ужин 2 (5-ти разовое)					
Кислое молочный продукт (кефир)	180	5,0	4,6	7,0	92,5
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7
Итого за ужин 2:	210	7,3	5,5	22,0	170,2
Всего за день:		101,3	126,7	405,5	3 979,2

Директор ООО "Волна" 
 Е.Е. Кузнецов

МЕНЮ

на 18 октября 2025г.

Пример блюда, наименование блюда 7-11 лет	Масса порции	Личная посуда		Заказчик платит за порцию, руб.	№ рецепта-прил.
		Возраст, г	Пол, г		
Завтрак					
Каши пшеницы молочная каша	200	10,4	9,2	38,0	ТТК №108
Бутерброд с сыром	30/10/10	4,7	3,1	17,3	ТТК №180
Чай с сахаром и лимон	200	0,3	0,0	15,2	ТТК №101
Батон	50	3,9	1,5	25,3	ТТК № 178
Итого за завтрак:	600	19,3	15,8	95,4	643,4
Обед					
Супчик по сезону (супчик с картошкой)	80	0,9	0,3	3,1	ТТК №3
Рассольник (супчик)	200	4,1	7,5	12,0	ТТК №204
Котлеты рубленные из птицы	90	12,6	14,6	14,4	ТТК №62
Макаронная котлетка отварная	150	3,0	7,4	26,2	ТТК №129
Компот из фруктов	200	0,1	0,1	14,2	ТТК №52
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,2	24,3	ТТК № 6
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	ТТК № 7
Итого за обед:	620	29,5	30,6	125,8	822,6
Полдник					
Пирожок с яблоками	100	7,1	11,0	45,7	ТТК №140
Сок фруктовый	150	0,3	0,2	20,6	707
Фрукты свежие (яблоко)	200	0,8	0,8	19,0	318
Итого за полдник:	350	8,4	12,0	84,9	446,9
Ужин					
Запеканка рисовая с творогом с соусом молочным (сладкая)	200/50	17,9	21,7	51,9	ТТК №100
Чай с сахаром каркаде	200	0,2	0,0	15,0	ТТК №241
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	ТТК № 6
Итого за ужин:	600	21,8	22,0	91,3	545,7
Ужин 2					
Кулинарный продукт (кофе)	150	5,0	4,4	7,0	698
Батон	30	2,3	0,8	13,0	ТТК № 178
Итого за ужин:	210	7,3	5,3	22,0	1763
Итого за день:		86,5	85,7	418,5	2 048

Директор ООО "Волна" 

Примеры блюд, наименования блюд 12-18 лет	Масса порции	Питательная ценность		Заказчик платит за порцию, руб.	№ рецепта-прил.
		Возраст, г	Пол, г		
Завтрак					
Каши молочная пшеничная каша с маслом	250	13,0	11,5	47,3	ТТК №108
Бутерброд с сыром	30/10/10	4,7	3,1	12,1	ТТК №180
Чай с сахаром и лимон	200	0,3	0,0	15,2	ТТК №101
Батон	60	4,6	1,8	30,1	ТТК № 178
Итого за завтрак	640	22,6	18,4	105,9	778,3
Обед					
Супчик по сезону (капустный капустный)	100	1,5	0,1	8,3	ТТК №3
Рассольник (линейный)	250	4,3	9,4	15,0	ТТК №204
Котлеты рубленные из птицы	100	14,5	16,2	16,0	ТТК №62
Макаронные изделия отварные	200	4,7	9,3	34,9	ТТК №129
Компот из фруктов	200	0,1	0,1	14,2	ТТК №52
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,2	24,3	ТТК № 6
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	ТТК № 7
Итого за обед	640	35,2	34,0	141,7	943,2
Полдник					
Пирожок с яблоками	150	10,7	16,5	48,0	ТТК №140
Сок фруктовый	200	0,3	0,2	20,6	707
Фрукты свежие (яблоко)	200	0,8	0,8	19,0	318
Итого за полдник	350	12,8	17,5	87,6	579,4
Ужин					
Запеканка рисовая с творогом с соусом	250/50	21,5	25,0	62,9	ТТК №100
Молочные (сладкие)	200	0,2	0,0	15,0	ТТК №241
Чай с сахаром каркаде	100	7,4	0,6	48,7	ТТК № 6
Хлеб пшеничный	600	29,1	34,4	136,6	756,2
Итого за ужин	1050	58,2	60,0	263,2	698
Итого за день					
Каши молочная пшеничная каша с маслом	180	5,0	4,4	7,0	90,5
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7
Итого за ужин	210	7,3	5,3	22,0	170,2
Итого за день	2100	103,8	103,8	397,7	3 198,3



Директор ООО "Витара"
 И.В. Кузнецова

МЕНЮ

на 19 октября 2025г.

Примеры блюд, наименования блюд 7-11 лет	Масса порции	Плановые показатели			Дополнительная информация, код	по разделу
		Калории	Жиры	Углеводы		
Завтрак						
Каши овсяная молочная вязкая	200	10,5	9,9	37,8	267,4	ТТК №101
Бутерброд с колбасой	40/10/50	4,7	7,3	51,1	277,3	ТТК №127
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302
Итого за прием пищи:	800	15,4	17,2	102,9	602,7	
Обед						
Супчик по сезону (огурец, соевый)	80	0,5	0,1	1,0	7,6	ТТК №4
Суп картофельный	200	2,8	2,9	9,5	78,7	ТТК №67
Котлеты, белочка, шницелы	90	12,7	17,7	18,7	340,5	ТТК №61
Каши гречневая вязкая	100	6,2	7,4	27,1	140,3	ТТК №132
Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	20,4	84,6	ТТК №15
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	138,3	ТТК № 7
Итого за прием пищи:	800	30,8	39,0	139,6	810,4	
Полдник						
Пирожок с морковью печеный	100	15,1	10,6	45,6	319,5	ТТК №145
Сал фруктовый	200	1,0	0,2	19,6	80,2	707
Итого за прием пищи:	800	16,1	10,8	65,2	400,7	
Ужин						
Супчик по сезону (соевая стварная)	100	1,1	0,1	8,5	40,7	ТТК №5
Плов из птицы	150	16,8	26,5	28,0	333,8	ТТК №67
Чай с сахаром и лимонном	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №101
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	800	21,9	26,9	76,0	549,3	
Ужин 2						
Бутерброд с сыром	30/10/10	4,7	5,1	17,1	149,9	ТТК №380
Молоко кефирное	180	5,1	4,4	8,4	94,3	697
Итого за прием пищи:	288	9,8	9,5	25,5	244,2	
Всего за день:		93,9	93,4	480,2	3 413,3	

Директор ООО "Витара"



Пример блюда, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Плановые показатели			Дополнительная информация, код	№ разделу
		Белок, г	Жир, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Каши овсяная молочная вязкая	250	13,1	13,3	47,2	334,2	ТТК №101
Бутерброд с колбасой	40/10/50	4,7	7,3	51,1	277,3	ТТК №127
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302
Итого за прием пищи:	800	18,0	20,6	113,3	669,5	
Обед						
Супчик по сезону (огурцы, соевый)	100	0,8	0,1	1,1	12,7	ТТК №4
Суп картофельный	250	3,9	4,0	11,6	98,4	ТТК №67
Котлеты, белочка, шницелы	100	15,9	22,3	21,0	300,3	ТТК №61
Каши гречневая вязкая	180	7,4	8,9	32,3	172,5	ТТК №132
Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	20,4	84,0	ТТК №15
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
Хлеб пшеничный	70	4,3	0,6	28,8	138,3	ТТК № 7
Итого за прием пищи:	860	36,6	36,2	140,3	927,2	У
Полдник						
Пирожок с морковью печеный	150	22,7	12,2	68,4	479,3	ТТК №145
Сал фруктовый	200	1,0	0,2	19,6	80,2	707
Итого за прием пищи:	400	23,7	12,4	88	568,5	
Ужин						
Супчик по сезону (соевая стварная)	100	1,1	0,1	8,5	40,7	ТТК №5
Плов из птицы	200	21,8	31,5	37,2	471,3	ТТК №67
Чай с сахаром и лимонном	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №101
Хлеб пшеничный / Хлеб пшеничный	70/200	5,0/2,9	0,4/0,3	38/13,3	168,8/59,4	ТТК № 6/7
Итого за прием пищи:	800	30,2	32,3	107,6	792,4	
Ужин 2						
Бутерброд с сыром	30/10/10	4,7	5,1	17,1	149,9	ТТК №380
Молоко кефирное	180	5,1	4,4	8,4	94,3	697
Итого за прием пищи:	288	9,8	9,5	25,5	244,2	
Всего за день:		118,3	111,8	474,3	3 202,8	

Зам. Промокоординатора