



# МЕНЮ

на 27 января 2026г.

Прием пищи, наименование блюда 7-11 лет	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белок, г	Жир, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак (2х, 5-ти разовое)</b>						
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	15,0	58,0	ТТК №302
Батон	50	3,9	1,5	25,1	129,5	ТТК № 178
Фрукты свежие	200	0,8	0,8	19,0	91,2	338
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>16,1</b>	<b>16,6</b>	<b>101,9</b>	<b>607,3</b>	
<b>Обед (2х, 5-ти разовое)</b>						
Морковь отварная	60	1,2	0,1	4,0	24,0	ТТК №128
Суп с макаронными изделиями	200	1,9	4,5	12,6	96,8	ТТК №205
Котлеты, биточки, шницели	90	12,7	17,7	18,7	240,5	ТТК №61
Картофельное пюре с маслом	150	4,2	4,3	22,8	144,2	ТТК №136
Компот из изюма	200	0,4	0,1	21,5	88,5	ТТК №51
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
Хлеб пеклеваный	80	5,1	0,7	32,9	158,3	ТТК № 7
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>830</b>	<b>29,2</b>	<b>27,7</b>	<b>136,8</b>	<b>867,1</b>	
<b>Полдник (5-ти разовое)</b>						
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>300</b>	<b>12,7</b>	<b>15,9</b>	<b>54,6</b>	<b>369,7</b>	
<b>Ужин (6-ти разовое)</b>						
Лапшевник с творогом с соусом молочным (сладким)	200/50	16,9	16,0	46,5	364,2	ТТК №154
Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>20,9</b>	<b>16,3</b>	<b>86,0</b>	<b>539,0</b>	
<b>Ужин 2 (5-ти разовое)</b>						
Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,0	4,4	7,0	92,5	698
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7	ТТК № 178
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>210</b>	<b>7,3</b>	<b>5,3</b>	<b>22,0</b>	<b>170,2</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>86,2</b>	<b>81,8</b>	<b>401,3</b>	<b>2 553,3</b>	

Директор ООО "Венера" *Венера*



Прием пищи, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белок, г	Жир, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак (2х, 5-ти разовое)</b>						
Каша молочная жидкая ячневая	250	9,1	11,9	30,8	228,0	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	15,0	58,0	ТТК №302
Батон	60	4,6	1,8	30,1	155,4	ТТК № 178
Фрукты свежие	200	0,8	0,8	19,0	91,2	338
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>560</b>	<b>19,4</b>	<b>19,6</b>	<b>112,0</b>	<b>682,5</b>	
<b>Обед (2х, 5-ти разовое)</b>						
Морковь отварная	100	2,0	0,1	6,7	34,0	ТТК №128
Суп с макаронными изделиями	250	2,4	5,3	15,7	121,0	ТТК №205
Котлеты, биточки, шницели	100	15,9	22,3	21,0	303,3	ТТК №61
Картофельное пюре с маслом	180	5,0	5,2	27,4	173,0	ТТК №136
Компот из изюма	200	0,4	0,1	21,5	88,5	ТТК №51
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
Хлеб пеклеваный	70	4,5	0,6	28,8	138,5	ТТК № 7
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>950</b>	<b>33,9</b>	<b>33,9</b>	<b>145,4</b>	<b>973,1</b>	
<b>Полдник (5-ти разовое)</b>						
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>16,3</b>	<b>21,4</b>	<b>77,3</b>	<b>502,2</b>	
<b>Ужин (5-ти разовое)</b>						
Лапшевник 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	5,9	0,5	38,9	183,8	ТТК № 6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>600</b>	<b>28,2</b>	<b>21,0</b>	<b>116,6</b>	<b>734,7</b>	
<b>Ужин 2 (5-ти разовое)</b>						
Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,0	4,4	7,4	92,5	698
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7	ТТК № 178
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>210</b>	<b>7,3</b>	<b>5,3</b>	<b>22,4</b>	<b>170,2</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>105,1</b>	<b>101,2</b>	<b>473,7</b>	<b>3 062,7</b>	

Зав. Производствам:

# МЕНЮ

на 28 января 2026г.



3 день Принем пищи, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белок, г	Жиры, г		
<b>Завтрак (2х, 5-ти разовое)</b>					
Каша пшеничная молочная вязкая	250	13,0	11,5	47,5	405,0
Бутерброд с повидлом	40/10/50	4,7	7,3	51,1	277,3
Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,0	15,2	60,0
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>760</b>	<b>18,0</b>	<b>18,8</b>	<b>113,8</b>	<b>742,3</b>
<b>Обед (2х, 5-ти разовое)</b>					
Овощи по сезону (помидор соленый)	100	1,1	0,0	2,3	13,6
Суп картофельный	250	3,9	4,0	11,6	98,4
Гречка по-купечески с филе куриным	200	23,7	36,0	44,7	502,3
Сок фруктовый	200	0,6	0,0	32,0	131,9
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пеклеваный	70	4,5	0,6	28,8	138,5
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>960</b>	<b>37,5</b>	<b>40,9</b>	<b>143,7</b>	<b>999,5</b>
<b>Полдник (5-ти разовое)</b>					
Пирожок печеный с капустой	150	18,2	21,3	72,9	462,9
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	58,0
Фрукты свежие	200	0,8	0,8	19,0	91,2
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>19,2</b>	<b>22,1</b>	<b>106,9</b>	<b>612,1</b>
<b>Ужин (5-ти разовое)</b>					
Котлета рыбная Любительская	100	11,2	10,0	12,3	176,3
Каша рассыпчатая с овощами (рисовая)	200	10,1	10,2	47,5	299,6
Чай с сахаром каркаде	200	0,2	0,0	15,0	58,0
Хлеб пшеничный / Хлеб пеклеваный	70/30	5,1/1,9	0,4/0,3	34/12,3	160,8/59,4
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>600</b>	<b>28,5</b>	<b>28,8</b>	<b>121,1</b>	<b>790,6</b>
<b>Ужин 2 (5-ти разовое)</b>					
Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,0	4,4	7,0	92,5
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>210</b>	<b>7,3</b>	<b>5,3</b>	<b>22,0</b>	<b>170,2</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>110,5</b>	<b>115,9</b>	<b>507,5</b>	<b>3 314,7</b>

Зав. Производствам:

3 день Принем пищи, наименование блюда 7-11 лет	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белок, г	Жиры, г		
<b>Завтрак (2х, 5-ти разовое)</b>					
Каша пшеничная молочная вязкая	200	10,4	9,2	38,0	324,0
Бутерброд с повидлом	40/10/50	4,7	7,3	51,1	277,3
Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,0	15,2	60,0
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>700</b>	<b>15,4</b>	<b>16,5</b>	<b>104,3</b>	<b>661,3</b>
<b>Обед (2х, 5-ти разовое)</b>					
Овощи по сезону (помидор соленый)	60	0,6	0,0	1,4	8,2
Суп картофельный	200	2,8	2,9	9,3	78,7
Гречка по-купечески с филе куриным	150	17,8	27,0	33,5	376,7
Сок фруктовый	200	0,6	0,0	32,0	131,9
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пеклеваный	70	4,5	0,6	28,8	138,5
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>820</b>	<b>30,0</b>	<b>30,8</b>	<b>129,3</b>	<b>848,8</b>
<b>Полдник (5-ти разовое)</b>					
Пирожок печеный с капустой	100	13,8	14,2	48,6	308,6
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	58,0
Фрукты свежие	200	0,8	0,8	19,0	91,2
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>300</b>	<b>14,8</b>	<b>15,0</b>	<b>82,6</b>	<b>457,8</b>
<b>Ужин (5-ти разовое)</b>					
Котлета рыбная Любительская	90	8,4	10,7	11,2	167,1
Каша рассыпчатая с овощами (рисовая)	150	7,6	12,1	35,6	224,7
Чай с сахаром каркаде	200	0,2	0,0	15,0	58,0
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	29,2	137,8
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>20,7</b>	<b>23,2</b>	<b>91,0</b>	<b>587,6</b>
<b>Ужин 2 (5-ти разовое)</b>					
Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,0	4,4	7,0	92,5
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>210</b>	<b>7,3</b>	<b>5,3</b>	<b>33,8</b>	<b>215,6</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>88,2</b>	<b>90,8</b>	<b>441,0</b>	<b>2 771,1</b>

Директор ООО "Ветера":



# МЕНЮ

на 29 января 2026г.



4 день Приним пищи, наименование блюда 7-11 лет	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белок, г	Жиры, г		
<b>Завтрак (2х, 5-ти разовое)</b>					
Каша вязкая молочная рисовая с творогом	200	7,8	13,0	225,8	ТТК №653
Яйцо вареное вкрутую	1шт	7,9	7,1	97,5	337
Чай с сахаром каркаде	200	0,2	0,0	58,0	ТТК №241
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	137,8	ТТК № 6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>524</b>	<b>20,4</b>	<b>20,5</b>	<b>519,1</b>	
<b>Обед (2х, 5-ти разовое)</b>					
Овощи по сезону (огурец соленый)	60	0,5	0,1	7,6	ТТК №4
Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,6	3,0	70,4	ТТК №47
Фрикадельки мясные в соусе	90/30	16,5	19,5	298,5	ТТК №60
Каша гречневая вязкая	150	6,2	7,4	146,3	ТТК №132
Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	84,0	ТТК №53
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	114,8	ТТК № 6
Хлеб пеклеваный	50	3,2	0,4	98,9	ТТК № 7
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>830</b>	<b>32,1</b>	<b>30,7</b>	<b>820,5</b>	
<b>Полдник (5-ти разовое)</b>					
Пирожок с морковью печеный	100	15,1	10,6	45,6	ТТК №145
Сок фруктовый	200	1,0	0,2	19,6	707
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>16,1</b>	<b>10,8</b>	<b>408,7</b>	
<b>Ужин (5-ти разовое)</b>					
Свекла отварная	100	1,1	0,1	8,5	ТТК №5
Макароник с печенью	150	12,0	20,7	334,8	ТТК №64
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	58,0	ТТК №302
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	137,8	ТТК № 6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>510</b>	<b>17,8</b>	<b>21,2</b>	<b>571,3</b>	
<b>Ужин 2 (5-ти разовое)</b>					
Бутерброд с повидлом	20/15	1,6	0,1	19,2	ТТК №127
Молоко кипяченое	180	5,1	4,4	94,3	697
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>215</b>	<b>6,7</b>	<b>4,5</b>	<b>176,7</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>93,1</b>	<b>87,7</b>	<b>377,1</b>	<b>2 496,3</b>

Директор ООО "Венера":



4 день Приним пищи, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	
		Белок, г	Жиры, г			
<b>Завтрак (2х, 5-ти разовое)</b>						
Каша вязкая молочная рисовая с творогом	250	9,8	16,3	37,8	282,3	ТТК №653
Яйцо вареное вкрутую	1шт	7,9	7,1	0,4	97,5	337
Чай с сахаром каркаде	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №241
Хлеб пшеничный	70	5,1	0,4	34,0	160,8	ТТК № 6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>584</b>	<b>23,0</b>	<b>23,8</b>	<b>87,2</b>	<b>598,6</b>	
<b>Обед (2х, 5-ти разовое)</b>						
Овощи по сезону (огурец соленый)	100	0,8	0,1	1,7	12,7	ТТК №4
Щи из свежей капусты с картофелем	250	2,0	4,3	10,0	88,0	ТТК №47
Фрикадельки мясные в соусе	100/30	17,9	21,0	19,3	323,4	ТТК №60
Каша гречневая вязкая	180	7,4	8,9	32,5	175,5	ТТК №132
Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	20,4	84,0	707
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
Хлеб пеклеваный	70	4,5	0,6	28,8	138,5	ТТК № 7
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>980</b>	<b>36,7</b>	<b>35,2</b>	<b>137,0</b>	<b>936,9</b>	
<b>Полдник (5-ти разовое)</b>						
Пирожок с морковью печеный	150	22,7	12,2	68,4	479,3	ТТК №145
Сок фруктовый	200	1,0	0,2	19,6	89,2	ТТК №53
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>23,7</b>	<b>12,4</b>	<b>88</b>	<b>568,5</b>	
<b>Ужин (5-ти разовое)</b>						
Свекла отварная	100	1,1	0,1	8,5	40,7	ТТК №5
Макароник с печенью	200	19,9	27,6	48,4	453,7	ТТК №64
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302
Хлеб пшеничный / Хлеб пеклеваный	70/30	5,1/1,9	0,4/0,3	34/12,3	160,8/59,4	ТТК № 6/7
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>600</b>	<b>28,2</b>	<b>28,4</b>	<b>118,2</b>	<b>772,6</b>	
<b>Ужин 2 (5-ти разовое)</b>						
Бутерброд с повидлом	20/15	1,6	0,1	19,2	82,4	ТТК №127
Молоко кипяченое	180	5,1	4,4	8,4	94,3	697
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>215</b>	<b>6,7</b>	<b>4,5</b>	<b>27,6</b>	<b>176,7</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>118,3</b>	<b>104,3</b>	<b>458,0</b>	<b>3 053,3</b>	

Зав. Производствам:

# МЕНЮ

на 30 января 2026г.



Прием пищи, наименование блюда 7-11 лет	5 день наименование блюда 7-11 лет	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак (2х, 5-ти разовое)</b>						
Консервы овощные закусочные (икра кабачковая)	100	1,9	9,2	8,0	123,2	101
Омлет натуральный	150	15,3	18,9	24,4	249,4	ТТК №72
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302
Бутерброд с маслом	30/10	2,3	7,5	14,7	135,0	1
Хлеб пшеничный	30	2,2	0,2	14,6	68,9	ТТК № 6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>520</b>	<b>21,9</b>	<b>35,8</b>	<b>76,7</b>	<b>634,5</b>	
<b>Обед (2х, 5-ти разовое)</b>						
Овощи по сезону (морковь отварная)	60	2,0	0,1	6,7	34,0	ТТК №128
Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,4	4,7	16,0	130,4	ТТК №205
Тертель (1-й вариант) с соусом	90/30	10,6	16,8	17,3	208,9	ТТК №65
Каша пшеничная вязкая	150	5,3	6,3	24,4	168,3	ТТК №134
Компот из изюма	200	0,4	0,1	21,5	88,5	ТТК №51
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
Хлеб пеклеваемый	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК № 7
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>820</b>	<b>28,9</b>	<b>28,7</b>	<b>126,7</b>	<b>824,1</b>	
<b>Полдник (5-ти разовое)</b>						
Булочка Домашняя	100	11,8	14,0	46,2	279,2	ТТК №146
Компот из смеси плодов и ягод	200	0,2	0,1	32,3	130,5	ТТК №442
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>300</b>	<b>12</b>	<b>14,1</b>	<b>78,5</b>	<b>409,7</b>	
<b>Ужин (5-ти разовое)</b>						
Овощи по сезону (помидор соленый)	60	0,6	0,0	1,4	8,2	ТТК №27
Жаркое по-деревенски	180	13,2	23,4	21,2	343,9	ТТК №48
Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6
Хлеб пеклеваемый	30	1,9	0,3	12,3	59,4	ТТК № 7
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>530</b>	<b>19,0</b>	<b>23,9</b>	<b>69,6</b>	<b>563,5</b>	
<b>Ужин 2 (5-ти разовое)</b>						
Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,0	4,4	7,0	92,5	698
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7	ТТК № 178
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>215</b>	<b>7,3</b>	<b>5,3</b>	<b>22,0</b>	<b>170,2</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>89,1</b>	<b>107,8</b>	<b>373,5</b>	<b>2 601,9</b>	



Директор ООО "Венера":

Прием пищи, наименование блюда 12-18 лет	5 день наименование блюда 12-18 лет	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак (2х, 5-ти разовое)</b>						
Консервы овощные закусочные (икра кабачковая)	100	1,9	9,2	8,0	123,2	101
Омлет натуральный	200	20,4	25,2	34,0	332,5	ТТК №72
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302
Бутерброд с маслом	30/10	2,3	7,5	14,7	135,0	1
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>680</b>	<b>27,8</b>	<b>42,1</b>	<b>91,2</b>	<b>740,6</b>	
<b>Обед (2х, 5-ти разовое)</b>						
Овощи по сезону (морковь отварная)	100	2,0	0,1	6,7	34,0	ТТК №128
Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,5	5,7	19,1	163,0	ТТК №205
Тертель (1-й вариант) с соусом	100/30	12,5	18,7	19,2	224,6	ТТК №65
Каша пшеничная вязкая	180	6,3	8,6	29,3	182,7	ТТК №134
Компот из изюма	200	0,4	0,1	21,5	88,5	ТТК №51
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
Хлеб пеклеваемый	70	4,5	0,6	28,8	138,5	ТТК № 7
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>980</b>	<b>34,9</b>	<b>34,1</b>	<b>148,9</b>	<b>946,1</b>	
<b>Полдник (5-ти разовое)</b>						
Булочка Домашняя	150	17,7	21,0	69,3	418,8	ТТК №146
Компот из смеси плодов и ягод	200	0,2	0,1	32,3	130,5	ТТК №442
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>17,9</b>	<b>21,1</b>	<b>101,6</b>	<b>549,3</b>	
<b>Ужин (5-ти разовое)</b>						
Овощи по сезону (помидор соленый)	100	1,1	0,0	2,3	13,6	ТТК №27
Жаркое по-деревенски	200	14,7	26,0	23,6	382,1	ТТК №48
Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301
Хлеб пшеничный	60	3,9	0,5	24,6	118,7	ТТК № 7
Хлеб пеклеваемый	60	4,5	0,4	29,2	137,8	ТТК № 6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>670</b>	<b>24,47</b>	<b>26,9</b>	<b>94,93</b>	<b>712,18</b>	
<b>Ужин 2 (5-ти разовое)</b>						
Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,0	4,4	7,0	92,5	698
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7	ТТК № 178
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>215</b>	<b>7,3</b>	<b>5,3</b>	<b>22,0</b>	<b>170,2</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>112,4</b>	<b>129,5</b>	<b>458,6</b>	<b>3 118,4</b>	

Зав. Производствам: