



МЕНЮ

на 28 сентября 2026г.

Примеры блюд, наименование блюда 7-11 лет	1 день	Масса порции	Плотность вещества		Энергетическая ценность, ккал	на расчет-порт
			Всего, г	Вода, г		
Завтрак (2х, 8-ти разовое)						
Каша молочная жидкая манная	200	6,5	9,2	25,7	178,7	337
Булгурбод с маслом	30 лет	2,3	7,5	14,7	135,0	ТТК №83
Ябло пареное варуто	1 шт	7,9	7,1	0,4	97,5	
Чай с сахаром варенье	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №101
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	26,2	137,8	ТТК № 6
Итого за завтрак пища:	884	21,4	34,2	85,0	487,0	
Обед (2х, 8-ти разовое)						
Закуска овощная	60	1,1	2,5	12,3	70,1	ТТК №3
Рассольник Ленинградский	200	4,1	7,5	12,0	75,7	ТТК №43
Плов из пшны	150	16,8	26,5	28,0	333,8	ТТК №79
Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	20,4	84,0	ТТК №53
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
Хлеб пшеничный	50	3,2	0,4	20,6	98,9	ТТК № 7
Итого за обед пища:	710	29,3	37,2	117,6	777,9	
Полдник (8-ти разовое)						
Паросек с морозило печеный	100	15,1	10,6	43,6	319,5	ТТК №421
Сок фруктовый	200	1,0	0,2	19,6	89,2	707
Итого за полдник пища:	300	16,1	10,8	63,2	408,7	
Ужин (8-ти разовое)						
Фрикадельки мясные в соусе	100/50	16,3	19,5	17,4	298,5	ТТК №60
Микроновые изделия отварные (рыба)	150	3,6	7,4	26,2	184,5	ТТК №129
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №103
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
Итого за ужин пища:	520	24,0	27,2	82,9	655,6	
Ужин 2 (8-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 пища:	210	7,3	5,3	20,0	170,2	
Всего за день:			100,7	104,7	3 618,6	

Примеры блюд, наименование блюда 12-18 лет	1 день	Масса порции	Плотность вещества		Энергетическая ценность, ккал	на расчет-порт
			Всего, г	Вода, г		
Завтрак (2х, 8-ти разовое)						
Каша молочная жидкая манная	250	9,1	11,9	30,8	228,0	337
Булгурбод с маслом	30 лет	2,3	7,5	14,7	135,0	ТТК №83
Ябло пареное варуто	1 шт	7,9	7,1	0,4	97,5	
Чай с сахаром варенье	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №105
Хлеб пшеничный	70	5,1	0,6	34,0	160,8	ТТК № 6
Итого за завтрак пища:	824	24,6	34,9	94,9	679,3	
Обед (2х, 8-ти разовое)						
Закуска овощная	100	1,8	4,2	20,3	116,8	ТТК №3
Рассольник Ленинградский	250	6,2	9,4	15,0	107,0	ТТК №43
Плов из пшны	200	21,8	31,5	37,2	471,7	ТТК №79
Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	20,4	84,0	ТТК №53
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 обед пища:	878	38,4	46,9	146,2	1 832,8	
Полдник (8-ти разовое)						
Паросек с морозило печеный	150	22,7	12,2	68,4	479,5	ТТК №421
Сок фруктовый	200	1,0	0,2	19,6	89,2	707
Итого за полдник пища:	550	23,7	12,4	88,0	568,5	
Ужин (8-ти разовое)						
Фрикадельки мясные в соусе	100/50	17,9	21,0	19,5	333,6	ТТК №60
Микроновые изделия отварные (рыба)	250	4,3	9,3	34,9	245,7	ТТК №129
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №105
Хлеб пшеничный	70	5,1	0,6	34,0	160,8	ТТК № 6
Итого за ужин пища:	600	27,5	30,9	103,2	787,9	
Ужин 2 (8-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 пища:	210	7,3	5,3	20,0	170,2	
Всего за день:			121,9	121,3	545,3	3 238,7

Директор ООО "Велера" _____

Зав. Производства _____



МЕНЮ

на 30 сентября 2026г.

на 30 сентября 2026г.

Пример пищи, наименование блюда	3 день, наименование блюда 12-18.087	Масса порции	Плотность питания		Энергетическая ценность, ккал	на расчет-тур
			Валюта, г	Валюта, г		
Завтрак (2х, 6-ти разовое)						
Каша пшеница молочная вязкая	250	13,0	11,5	47,5	405,0	ТТК №108
Булгур с маслом и помидором	40/10/90	4,7	7,3	51,3	277,3	ТТК №127
Чай черный с абрикосом	200	0,3	0,3	16,2	43,0	ТТК №201
Итого за прием пищи:	760	18,0	19,0	106,8	725,3	
Обед (2х, 6-ти разовое)						
Супчик по сезону	150	0,8	0,3	1,7	12,6	ТТК №27
Борщ с капустой и картофелем	250	1,5	11,0	10,5	147,6	ТТК №87
Котлеты рубленные из птицы	100	14,5	16,2	16,0	258,4	ТТК №468
Пюре картофельное	180	6,0	5,2	27,4	173,0	
Сок фруктовый	180	6,5	0,0	28,8	118,7	107
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
Хлеб пшеничный	70	4,3	0,6	28,8	138,5	ТТК № 7
Итого за прием пищи:	930	31,5	33,4	137,5	969,6	7
Полдник (6-ти разовое)						
Пирожок печеный с капустой	150	18,2	21,3	72,9	462,8	ТТК №138
Чай с сахаром варенье	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №202
Фрукты свежие	200	0,8	0,8	19,0	91,2	338
Итого за прием пищи:	350	19,2	22,1	106,9	612,0	
Ужин (6-ти разовое)						
Запеканка рисовая с творогом с соусом молочным	250/80	21,5	26,0	62,9	447,5	ТТК №63
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №241
Хлеб пшеничный	100	7,4	0,6	48,7	229,7	ТТК № 67
Итого за прием пищи:	650	29,1	26,6	126,6	735,2	
Ужин 2 (6-ти разовое)						
Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,0	4,4	7,0	92,5	608
Батон	30	2,3	0,6	15,0	77,1	ТТК № 178
Итого за прием пищи:	210	7,3	5,0	22,0	170,6	
Всего за день:						
		98,4	108,1	591,6	3 135,6	

Пример пищи, наименование блюда	3 день, наименование блюда 7-11.087	Масса порции	Плотность питания		Энергетическая ценность, ккал	на расчет-тур
			Валюта, г	Валюта, г		
Завтрак (2х, 6-ти разовое)						
Каша овсяная молочная вязкая	200	10,5	9,9	37,8	207,4	ТТК №108
Булгур с маслом и помидором	40/10/90	4,7	7,3	51,3	277,3	ТТК №127
Чай черный с абрикосом	200	0,3	0,1	16,2	43,0	ТТК №201
Итого за прием пищи:	800	15,5	17,5	96,1	527,7	
Обед (2х, 6-ти разовое)						
Супчик по сезону	60	0,5	0,3	1,0	7,6	ТТК №17
Борщ с капустой и картофелем	200	1,2	3,8	8,6	118,1	ТТК №87
Котлеты рубленные из птицы	90	12,6	14,6	14,4	212,6	ТТК №468
Пюре картофельное	150	5,6	4,3	22,8	144,2	
Сок фруктовый	180	0,5	0,0	28,8	118,7	307
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
Хлеб пшеничный	70	4,3	0,6	28,8	138,5	ТТК № 7
Итого за прием пищи:	420	28,6	28,7	138,5	874,5	
Полдник (6-ти разовое)						
Пирожок печеный с капустой	100	11,8	14,2	48,6	308,8	ТТК №138
Чай с сахаром варенье	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №202
Фрукты свежие	200	0,8	0,8	19,0	91,2	338
Итого за прием пищи:	200	14,8	15,6	82,6	457,8	
Ужин (6-ти разовое)						
Запеканка рисовая с творогом с соусом молочным	200/50	17,9	21,7	51,9	372,9	ТТК №63
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №241
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	29,2	137,8	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	510	22,6	22,1	96,1	568,7	
Ужин 2 (6-ти разовое)						
Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,0	4,4	7,0	92,5	608
Батон	30	2,3	0,6	15,0	77,1	ТТК № 178
Итого за прием пищи:	210	7,3	5,0	22,0	170,6	
Всего за день:						
		85,1	85,2	440,1	2 794,3	

Зам. Протокол-установ.

Директор ООО "Венеро"



МЕНЮ

на 01 октября 2026г.

Примеры пищи, наименование блюда 7-11 лет	Масса порция	Плотная пища			Всего жиров, г	Всего углеводов, г	Всего белков, г	Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Блюда, г	Жиры, г	Углеводы, г					
Завтрак (2х, 5-ти разовое)									
Каша молочная кукурузная с творогом	200	6,8	7,6	3,1	217,2				ТТК №653
Бутерброд с маслом	30г/10	2,3	7,5	14,7	131,0				
Чай с сахаром варенье	200	0,2	0,0	15,0	58,0				ТТК №241
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	29,2	127,8				ТТК № 6
Итого за прием пищи:	860	13,8	15,5	62,3	549,0				
Обед (3х, 5-ти разовое)									
Салатка овощная	80	0,0	0,1	5,1	24,6				ТТК №4
Суп картофельный с бобовыми (поррок)	200	4,4	4,7	10,0	130,6				ТТК №17
Фрикадельки мясные в соусе	90г/30	16,5	19,5	17,4	298,5				ТТК №90
Каша гречневая вязкая	150	6,2	7,4	27,1	146,3				ТТК №132
Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	20,4	84,0				ТТК №53
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8				ТТК № 6
Хлеб пшеничный	50	3,2	0,4	20,6	98,9				ТТК № 7
Итого за прием пищи:	830	35,3	32,4	138,9	897,9				
Полдник (5-ти разовое)									
Пересыщенный: картофельный	100	12,1	12,4	36,4	209,6				ТТК №145
Сок фруктовый	200	1,0	0,2	10,6	89,2				707
Итого за прием пищи:	100	13,1	12,6	47,0	389,8				
Ужин (5-ти разовое)									
Котлета рыбная Любительская	90	8,4	10,7	11,2	167,1				ТТК №5
Каша рисовая с овощами	150	7,6	12,1	35,6	224,7				ТТК №64
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	58,0				ТТК №302
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	29,2	127,8				ТТК № 6
Итого за прием пищи:	600	20,7	22,2	91,0	587,6				
Ужин 2 (5-ти разовое)									
Бутерброд с колбасой	20г/15	1,6	0,1	19,2	82,6				ТТК №127
Молоко ванильное	180	5,1	4,4	8,4	94,3				697
Итого за прием пищи:	215	6,7	4,5	27,6	176,9				
Всего за день:									
		89,6	88,2	294,7	2 974,4				2 979,4

Директор ООО "Велора"

Зам. Производителя

Приним пищи, наименование блюда 12-18 лет	Завтрак	Углеводы, белки, жиры, вода			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Всего, г	Углеводы, г	Белки, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)						
Каша молочная кукурузная с творогом	250	8,5	9,5	37,9	271,5	ТТК №653
Бутерброд с маслом	30г/10	2,3	7,5	14,7	135,0	
Чай с сахаром варенье	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №241
Хлеб пшеничный	70	5,1	0,4	34,0	160,8	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	860	16,1	17,4	101,6	625,3	
Обед (3х, 5-ти разовое)						
Салатка овощная	100	1,1	0,1	8,5	40,7	ТТК №4
Суп картофельный с бобовыми (поррок)	250	5,5	5,7	19,1	163,0	ТТК №17
Фрикадельки мясные в соусе	100г/30	17,6	21,0	19,3	317,8	ТТК №90
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 пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	118,5	ТТК № 7
Итого за прием пищи:	960	48,5	36,6	152,9	1 609,9	
Полдник (5-ти разовое)						
Пересыщенный: картофельный	150	18,2	18,6	54,1	430,9	ТТК №145
Сок фруктовый	200	1,0	0,2	19,6	89,2	ТТК №53
Итого за прием пищи:	860	19,3	18,8	73,7	540,1	
Ужин (5-ти разовое)						
Котлета рыбная Любительская	100	11,2	12,0	12,3	186,2	ТТК №5
Каша рисовая с овощами	200	10,1	16,1	47,6	330,2	ТТК №64
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302
Хлеб пшеничный / Хлеб пшеничный	70г/30	5,1, 5,9	0,4, 0,3	34,1, 2,9	160,8, 9,4	ТТК № 6, 7
Итого за прием пищи:	860	26,5	28,8	121,2	794,8	
Ужин 2 (5-ти разовое)						
Бутерброд с колбасой	20г/15	1,6	0,1	19,2	82,6	ТТК №127
Молоко ванильное	180	5,1	4,4	8,4	94,3	697
Итого за прием пищи:	218	6,7	4,5	27,6	176,9	
Всего за день:		116,9	106,1	477,8	3 176,6	

Директор ООО "Ветеринар":

Е.Е. Жуковская

МЕНЮ

на 02 октября 2026г.

б/ра 2026г.

в день
Пример пищи, наименование блюда
12-18 лет

Масса порции

Технологическая карта
Дата
Подпись

на расчет-группа

Затраты (2х, 5-ти разовое)

Консервы овощные закусочные (яйра кабачковая)	100	1,9	9,2	8,6	123,2	100
Омлет натуральный	200	20,4	25,2	34,0	332,5	ТТК №12
Бутерброд с маслом	300	3,3	7,5	14,7	135,0	1
Каша с молоком и сахаром	200	4,6	4,2	17,0	125,0	ТТК №6
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	
Итого за пример пищи:	880	32,2	46,3	93,8	882,6	

Общая (2х, 5-ти разовое)

Закуска овощная	100	1,8	4,2	20,2	116,8	ТТК №128
Шу из свиной шпикеты с картошкой	200	2,0	4,3	10,0	89,0	ТТК №205
Жареное по-деревенски	200	14,7	26,0	23,8	382,1	ТТК №65
Компот из яблок	200	0,6	0,1	21,5	84,3	ТТК №31
Хлеб пшеничный	90	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК №6
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	139,5	ТТК №7
Итого за пример пищи:	880	27,1	36,5	126,7	928,7	

Подсказка (5-ти разовое)

Пирожок с повидлом	150	12,0	17,5	96,2	534,5	ТТК №146
Молоко кипящее	200	5,8	4,9	9,3	104,8	ТТК №442
Итого за пример пищи:	350	17,6	18,4	165,5	639,3	

Умень (8-ти разовое)

Икра морская	100	3,0	3,1	10,0	87,3	ТТК №27
Творожные сырники с соусом	100/200	12,5	18,7	19,2	234,6	ТТК №48
Каша пшеничная вязкая	180	6,3	8,0	29,3	182,7	
Чай с сахаром и лимонном	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 пшеничный	90	4,3	0,4	29,2	137,8	ТТК №6
Итого за пример пищи:	738	30,5	31,2	127,5	811,1	

Умень (8-ти разовое)

Мясной фарш (фарш)	100	3,0	4,4	7,6	92,5	498
Батон	20	2,3	0,9	15,0	77,2	ТТК № 178
Итого за пример пищи:	210	7,3	6,3	32,8	178,3	
Всего за день:		114,7	136,8	477,5	3 381,9	

Зам. Промисловости:

Примеры пищи, наименование блюда У-11 лет	Масса порции	Планируемые показатели			Затраты на один ингредиент, шт	по рецепту
		Блюда	Хлеба	Углеводы		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)						
Консервы овощные закусочные (яйра кабачковая)	100	1,9	9,2	8,0	123,2	101
Омлет натуральный	150	15,3	18,9	24,0	249,4	ТТК №72
Бутерброд с маслом	200	2,3	7,3	14,7	133,0	1
Каша с молоком и сахаром	200	4,0	4,2	17,6	120,0	
Хлеб пшеничный	30	2,2	0,2	14,6	68,9	ТТК № 6
Итого за пример пищи:	828	26,3	44,0	79,3	896,5	
Обед (2х, 5-ти разовое)						
Закуска овощная	60	1,1	2,5	12,3	75,1	ТТК №128
Шу из свиной шпикеты с картошкой	200	1,6	3,0	8,0	70,4	ТТК №205
Жареное по-деревенски	180	13,2	23,4	21,2	343,9	ТТК №65
Компот из яблок	200	0,4	0,1	21,5	88,5	ТТК №51
Хлеб пшеничный	60	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
Хлеб пшеничный	40	2,5	0,4	18,5	79,2	ТТК № 7
Итого за пример пищи:	738	21,8	39,7	165,8	766,9	
Полудне (5-ти разовое)						
Пирожок с повидлом	100	8,0	9,0	64,1	356,3	ТТК №146
Молоко кипящее	200	5,6	4,9	9,3	104,8	ТТК №142
Итого за пример пищи:	300	13,6	13,9	73,6	461,1	
Ужин (5-ти разовое)						
Икра морская	60	3,0	3,1	10,0	87,3	ТТК №27
Творожные сырники с соусом	90/20	10,6	16,8	17,3	208,9	ТТК №48
Каша пшеничная вязкая	150	5,3	6,3	24,4	168,3	9
Чай с сахаром и лимонном	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №101
Хлеб пшеничный	40	3,5	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6
Хлеб пшеничный	30	1,9	0,2	12,8	59,4	ТТК № 7
Итого за пример пищи:	840	34,3	56,7	88,7	975,8	
Ужин 2 (5-ти разовое)						
Кисло-молочный продукт (сыр)	180	3,0	4,4	7,6	92,5	606
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,2	ТТК № 178
Итого за пример пищи:	218	7,3	5,3	22,8	179,3	
Итого за день:		93,8	118,6	377,2	2 778,5	

Директор ООО "Ветеринар":