

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
для обеспечения горячим питанием обучающихся

Утверждаю

Директор Киселев Д.Г.

12.01.2026



**1 день**  
**23.03.2026**  
**7-11 ЛЕТ**

**Согласовано**  
Директор  
**МБОУ МО Крп -**  
**Ольховской СШ**  
**НА КОВАНУЗ**  
**12.01.2026**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ ТТК №302	200	7,13	9,20	34,40	210,20	ТТК №302
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	50	3,95	0,50	21,15	116,33	6
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ №3	35/5/10	5,80	8,00	11,60	147,00	3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379	200	3,16	2,66	15,94	100,60	379
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>20,04</b>	<b>20,36</b>	<b>83,09</b>	<b>574,13</b>	
<b>полдник (ОВЗ)</b>						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ № 72	100	9,60	11,60	11,60	183,60	72
ЧАЙ С САХАРОМ № 685	200	0,20	0,00	15,00	58,00	685
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>300</b>	<b>9,80</b>	<b>11,60</b>	<b>26,60</b>	<b>241,60</b>	

**12-18 ЛЕТ**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ ТТК №302	250	8,90	11,50	43,00	262,75	ТТК №302
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	50	3,95	0,50	21,15	116,33	6
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ №3	35/5/10	5,80	8,00	11,60	147,00	3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379	200	3,16	2,66	15,94	100,60	379
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>21,81</b>	<b>22,66</b>	<b>91,69</b>	<b>626,68</b>	
<b>полдник (ОВЗ)</b>						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ № 72	150	14,40	17,40	17,40	275,40	72
ЧАЙ С САХАРОМ № 685	200	0,20	0,00	15,00	58,00	685
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>14,60</b>	<b>17,40</b>	<b>32,40</b>	<b>333,40</b>	