

УТВЕРЖДАЮ:



Директор

«Центр социального питания»

Я.Н.Фадеевко

« 20 » января 2026 г.

**ПРИМЕРНОЕ 12-ДНЕВНОЕ МЕНЮ
БЕСПЛАТНОГО ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ ИЗ СЕМЕЙ ГРАЖДАН РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ,
ПРИЗВАННЫХ НА ВОЕННУЮ СЛУЖБУ(СВО)**

Г. ВОЛОГДА



СОГЛАСОВАНО:

Директор Соснов

А.А. Асеев

« 20 » января 2026 год

**Примерное
12 дневное меню с 26.01.2026**

бесплатного горячего питания для обучающихся 5-11-х классов из семей граждан Российской Федерации, призванных

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества (г)			Энерг. Цен. ккал
			Б	Ж	У	
	Первая неделя					
	Понедельник					
ТТК	Шницель куриный по-домашнему	100	12,83	13,11	16,51	231
601/04	с соусом сметанным с томатом	50	1,4	5,1	3,1	65
512/2004	Рис припущенный	180	4,49	5,2	46,68	240
ТТК	Напиток чайный Ягодный	200	0,2	0,05	12,1	46
№24/2002	Хлеб Гречишный	58	3,83	0,67	24,07	152
ТТК/2025	Печенье затяжное "Мария"	11	1,02	0,91	8,16	45
	Итого:	599	23,77	25,04	110,62	779
	Вторник					
451/2004	Котлета мясная	100	13,29	30,69	16,32	391
587/04	Соус томатный	30	0,174	1,8	1,5	23
508/2004	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,98	6,73	60,1	318
638/04	Компот из изюма	200	0,46	0,1	34,2	131
ТТК/2026	Гренка с сыром	25	3,85	3,16	10,38	83
№24/2002	Хлеб Гречишный	28	1,85	0,32	11,63	73
	Итого:	563	27,604	42,8	134,13	1019
	Среда					
318/2016	Котлета из филе цыпленка	100	12,62	13,1	15,96	228
587/04	Соус томатный	30	0,174	1,8	1,5	23
516/2004	Макаронные изделия отварные	180	6,45	5,12	46,08	245
472/2016	Напиток абрикосовый	200	0,52	0,03	15,08	59
24/2022	Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,3	62
338/2011	Плоды свежие(яблоко)	109	0,44	0,44	10,68	51
	Итого:	649	22,184	20,82	101,6	668
	Четверг					
ТТК/2026	Блинчики "Домашние" с повидлом	200/40	11,57	15,22	72,3	454
639/04	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,1	31,4	124
338/2011	Плоды свежие(яблоко)	117	0,47	0,47	11,47	55
	Итого:	557	12,7	15,79	115,17	633
	Пятница					
ТТК/2026	Люля-кебаб из свинины и курицы	100	17,32	16,75	0,82	216
587/04	Соус томатный	40	0,23	2,4	2	30
512/2004	Рис припущенный	180	4,49	5,2	46,68	240
ТТК	Узвар	200	0,56	0,024	29,64	114
23/2022	Батон нарезной	45	3,37	1,31	23,13	118
	Итого:	565	25,97	25,684	102,27	718
	Суббота					
14/2003	Овощи свежие(помидор)	100	0,55	0,1	1,9	12
ТТК/2025	Тефтели мясные с рисом, соус сметанный с томатом(80/40)	120	11,01	21,14	12,31	281
516/2004	Макаронные изделия отварные	180	6,45	5,12	46,08	245
686/04	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,26	0,05	15,22	59
24/2022	Хлеб дарницкий	26	1,72	0,26	10,66	54
	Итого:	633	19,99	26,67	86,17	651

Вторая неделя						
Понедельник						
ТТК/2025	Плов из свинины	250	18,79	16,31	53,41	552
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,05	15,01	57
24/2022	Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,3	62
338/2011	Плоды свежие(яблоко)	129	0,52	0,52	12,64	61
	Итого:	609	21,49	17,21	93,36	732
Вторник						
ТТК	Палочки куриные с сыром	100	14,99	15,52	13,19	249
601/2004	с соусом сметанным с томатом	50	1,4	5,1	3,1	65
516/2004	Макаронные изделия отварные	180	6,45	5,12	46,08	245
638/04	Компот из кураги	200	1,02	0	31,6	126
23/2022	Батон нарезной	27	2,03	0,78	13,87	71
	Итого :	557	25,89	26,52	107,84	756
Среда						
ТТК/2025	Мясо тушеное	100	11,37	28,49	3,23	314
508/2004	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,98	6,73	60,1	318
685/04	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	57
№24/2002	Хлеб Гречишный	25	1,65	0,29	10,38	66
338/2011	Плоды свежие(яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого:	605	21,6	35,96	98,52	802
Четверг						
ТТК	Шницель куриный по-домашнему	100	12,83	13,11	16,51	231
587/04	с соусом томатным	40	0,23	2,4	2	30
512/2004	Рис припущенный	180	4,49	5,2	46,68	240
639/04	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,1	31,4	124
ТТК/2026	Гренка с сыром	25	3,85	3,16	10,38	83
№24/2002	Хлеб Гречишный	27	1,78	0,31	11,21	71
	Итого:	572	23,84	24,28	118,18	779
Пятница						
ТТК/2026	Пельмени отварные со сметаной	180/40	12,52	30,45	36,26	460
638/04	Компот из изюма	200	0,46	0,1	34,2	131
24/2022	Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,3	62
338/2011	Плоды свежие(яблоко)	125	0,5	0,5	12,25	59
	Итого :	575	15,46	31,38	95,01	712
Суббота						
ТТУ/2024	Картофель тушеный с мясом	250	15,59	26,51	42,66	461
685/04	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	57
ГОСТ	Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,3	62
338/2011	Плоды свежие(яблоко)	133	0,53	0,53	13,03	63
	Итого:	613	18,3	27,42	83	643