

УТВЕРЖДАЮ:



Директор

МАУ «Центр социального питания»

Я.Н. Фадееenko

«20» января 2026 г.

**ПРИМЕРНОЕ 12-ДНЕВНОЕ МЕНЮ
ЛЬГОТНОГО ПИТАНИЯ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ**

Г. ВОЛОГДА

СОГЛАСОВАНО:

Директор

« ____ » _____ 2026 год

**Примерное
12 дневное меню с 26.01.2026**

**льготного питания для обучающихся 5-11-х классов, многодетных и малоимущих семей, детей
состоящих на учете в тубдиспансере**

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества (г)			Энер. Цен.
	Первая неделя		Б	Ж	У	ккал
	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	62	4,09	0,71	25,73	162
	Итого:	592	23,01	24,17	104,12	744
	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
24/2022	Хлеб дарницкий	21	1,39	0,21	8,61	43
	Итого:	556	27,144	42,69	131,11	989
	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	22	1,45	0,22	9,02	45
338/2011	Плоды свежие(яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого:	632	21,614	20,67	97,44	647
	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)	110	0,424	0,424	10,39	50
	Итого:	550	12,654	15,744	114,09	628
	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
24/2022	Хлеб дарницкий	32	2,11	0,32	13,12	66
	Итого:	552	24,71	24,694	92,26	666
	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
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,05	15,01	57
24/2022	Хлеб дарницкий	42	2,77	0,42	17,22	87
	Итого:	642	20,98	26,83	92,52	682

	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)	118	0,472	0,472	11,56	56
	Итого:	598	21,442	17,162	92,28	727
	Вторник					
ТТК	Палочки куриные с сыром	100	14,99	15,52	13,19	249
601/2004	Соус сметанный с томатом	40	1,12	4,1	2,48	52
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
24/2022	Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,3	62
	Итого :	550	25,56	25,07	105,65	734
	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
24/2022	Хлеб дарницкий	16	0,99	0,16	6,56	33
338/2011	Плоды свежие(яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого:	596	20,94	35,83	94,7	769
	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
24/2022	Хлеб дарницкий	20	1,32	0,2	8,2	41
	Итого:	565	23,38	24,17	115,17	749
	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)	114	0,46	0,46	11,27	54
	Итого :	564	15,42	31,34	94,03	707
	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)	122	0,49	0,48	11,96	57
	Итого:	602	18,26	27,37	81,93	637