



УТВЕРЖДАЮ:

Директор

МАУ «Центр социального питания»

Я.Н.Фадеев

«20» августа 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

« » _____ 2026 год

Примерное
12 дневное меню с 01.09.2026
бесплатного горячего питания обучающихся из семей граждан Российской Федерации,
призванных на военную службу(СВО) с 5-11классы

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества (г)			Энер. Цен.
	Первая неделя					
	Понедельник					
ТТК/2025	Плов из свинины	250	18,79	16,31	53,41	552
ТТК	Напиток чайный Ягодный	200	0,2	0,05	12,1	46
24/2022	Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,3	62
338/2011	Плоды свежие(мандарины)	140	1,12	0,28	10,5	53
	Итого:	620	22,09	16,97	88,31	713
	Вторник					
ТТК/2026	Запеканка Золотистая с молоком сгущенным с сахаром	200/40	14,37	17,14	102,97	598
686/04	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,26	0,05	15,22	59
338/2011	Плоды свежие(яблоко)	163	1,3	0,33	12,23	77
	Итого :	609	15,93	17,52	130,42	734
	Среда					
ТТК/2025	Мясо тушеное	100	11,37	28,49	3,23	314
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
№24/2002	Хлеб Гречишный	30	1,98	0,34	12,4	79
338/2011	Плоды свежие(яблоко)	153	0,61	0,61	14,99	72
	Итого:	670	20,67	34,61	91,92	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
24/2022	Хлеб дарницкий	20	1,32	0,2	8,2	41
338/2011	Плоды свежие(яблоко)	139	0,56	0,56	13,62	65
	Итого:	679	20,09	21,57	118,41	731
	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	15	0,99	0,17	6,15	31
338/2011	Плоды свежие(яблоко)	142	0,57	0,57	13,92	67
	Итого :	577	14,54	31,29	90,53	689
	Суббота					
12/2003	Овощи свежие (огурец)	100	0,8	0,1	2,5	14
ТТУ/2024	Картофель тушеный с мясом	250	15,59	26,51	42,66	461
686/04	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,26	0,05	15,22	59
24/2022	Хлеб дарницкий	15	0,99	0,17	6,15	31
338/2011	Плоды свежие(яблоко)	122	0,49	0,48	11,96	57
	Итого:	694	18,13	27,31	78,49	622

	Вторая 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	40	1,12	4,1	2,48	52
512/2004	Рис припущенный	180	4,49	5,2	46,68	240
846/2022	Напиток витаминный	200	0,31	0,096	20,94	81
24/2022	Хлеб дарницкий	20	1,32	0,2	8,2	41
338/2011	Плоды свежие(яблоко)	121	0,48	0,48	11,86	57
	Итого:	661	20,55	23,186	106,67	702
	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
№24/2002	Хлеб Гречишный	30	1,98	0,34	12,4	79
338/2011	Плоды свежие(яблоко)	145	0,58	0,58	14,21	68
	Итого:	685	24,464	40,24	138,73	1010
	Среда					
318/2016	Котлета рубленая из цыпленка(филе)	100	12,62	13,1	15,96	228
601/2004	Соус сметанный с томатом	30	0,84	3,06	1,86	39
516/2004	Макаронные изделия отварные	180	6,45	5,12	46,08	245
705/04	Напиток из плодов шиповника	200	0,4	0	23,6	94
24/2022	Хлеб дарницкий	16	0,99	0,16	6,56	33
338/2011	Плоды свежие(яблоко)	133	0,53	0,53	13,03	63
	Итого:	659	21,83	21,97	107,09	702
	Четверг					
ТТК/2026	Блинчики "Домашние" с повидлом	200/50	11,61	15,22	78,83	479
686/04	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,26	0,05	15,22	59
338/2011	Плоды свежие(яблоко)	151	0,6	0,6	14,8	71
	Итого:	608	12,47	15,87	108,85	609
	Пятница					
ТТК/2026	Колбаска куриная	100	10,78	14,45	11,29	216
587/04	Соус томатный	40	0,23	2,4	2	30
508/2004	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,98	6,73	60,1	318
ТТК	Узвар	200	0,56	0,024	29,64	114
№24/2002	Хлеб Гречишный	38	2,51	0,44	15,77	100
ТТК	Слойка с сахарной пудрой	30	1,83	6	13,35	111
	Итого:	588	23,89	30,044	132,15	889
	Суббота					
ТТК /2026	Бифштекс студенческий	100	16,65	19,04	4,47	255
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	15	2,77	0,42	17,22	87
338/2011	Плоды свежие(мандарин)	120	0,96	0,24	9	46
	Итого:	615	27,03	24,87	91,78	690