

Директор

01.09.2026

01. 09. 2026

Директор

07.08.2026

Лякоу Воднабєрачкая си
Секуренко Н.М.

Утверждено:



01.09.2026

Согласовано:

Директор МКУ Воднобуератной ам
М.И. Шкуренко И.И.

01.09.2026

Примерное 10-ти дневное меню для обеспечения торжественным питанием обучающихся в возрастной группе 12-18 лет МОУ

1 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ РУБЕЖЕНАЯ С БЕЛОКРАСНОЙ КАПУСТОЙ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №29	100/30	12,2	13,7	25,1	260,3	ТТК №29	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №23	180	5,5	6,2	35,5	220,3	ТТК №23	
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАШЕ ТТК №44	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №44	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №3	30	1,4	0,1	9,0	42,6	ТТК №3	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	20	0,8	0,1	5,1	24,5	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	560	20,12	20,12	89,73	605,71		

Ф.И.

Т.90619 ПИЩЕВНИК ИЗ 20 2026 50 101

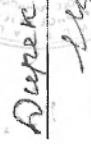
Утверждаю:



01.09.2026

Примерное 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ

Согласовано:


Директор МКОУ Воднобукановской

01.09.2026

СШ Искуренко Н.Г.

2 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ ТТК №8	250	9,50	9,30	31,38	249,20	ТТК №8	
БУТЕРБРОД С СЫРОМ ТТК №9	35-10/5	5,00	7,30	17,60	156,70	ТТК №9	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ ТТК №10	200	1,60	1,60	9,90	59,90	ТТК №10	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №5	50	3,80	0,30	25,10	118,60	ТТК №5	
Итого за прием пищи:	550	19,90	18,50	84,48	584,20		

Укрепляю:

Согласовано:

Директор школы воднобучачной сш
виз секуренто Н.ч

0-1. 09. 2026

Примерное 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (загрузка) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ

3. Багнати

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборные рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАПУСТА КВАШЕННАЯ ТТК №20	100	1,83	0,17	3,00	22,33	ТТК №20	
ТРЕШКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С КУРОЧКОЙ ТТК №21	220	14,85	14,52	28,81	305,40	ТТК №21	
ПЕЧЕНЬЕ ТТК №24	30	1,80	5,50	12,60	107,50	ТТК №24	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №15	200	0,30	0,00	15,20	60,00	ТТК №15	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №5	30	2,30	0,20	15,10	71,10	ТТК №5	
Итого за прием пищи:	580	21,08	20,39	74,73	566,34		

Утверждено:



Согласовано:

Директор МБОУ Воднобукской с/ш
Л. В. Секуренко

01.09.2026

01.09.2026

Примерное 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ

4 Вариант

Примечание, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептура	Сборная рецептура
		Безжир, г					
		Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак							
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С ТВОРОГОМ ТТК №33	250	9,38	8,75	38,60	268,30	ТТК №33	
БУТЕРБРОД С СЫРОМ ТТК №9	35/10/5	5,00	7,30	17,60	156,70	ТТК №9	
ФРУКТЫ СРЕДНЕ ЯБЛОКО ТТК №18	120	0,50	0,50	11,80	56,40	ТТК №18	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ ТТК №10 а	200	3,00	3,10	12,10	89,00	ТТК №10 а	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №3	30	2,30	0,20	15,10	71,16	ТТК №3	
Итого за прием пищи:	650	20,18	19,85	94,60	641,50		

19051Р ПИТАНИЯ ИЗ 19051Р ПИТАНИЯ 30 19051Р

Утверждаю:

[Подпись]

Согласовано:

Директор МКОУ Водоканала

[Подпись] Мещеряков Н.И.

01.09.2028

Примерное 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ

5 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептура	Сборник рецептур			
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г						
Завтрак										
БЛЮДО ИЗ РЫБЫ (РЫБА ТУШЕННАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК №12 4-О-ЛЕТА РЫБНАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК №11)	100	13,6	11,2	13,2	12,2	14,3	10,8	220	1497,5	ТТК №12 ТТК №11
РИС ОТВАРНОЙ ТТК №14	200	3,7	6,2	33,9		206,2		ТТК №14		
ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №19	200	0,29	0,00	15,00		58,09		ТТК №19		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №5	50	3,81	0,30	23,10		118,40		ТТК №5		
Итого за прием пищи:	550	21,3	18,9	19,7	18,7	883	81,8		602,7	500

18051P ИЗ ПИЩЕВН

3030

Утверждаю:

01.09.2026

Примерное 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ

Согласовано:

Директор МОУ Воднобукановской

И.И. Искренко Н.И.

01.09.2026

6. Вариант

Проект пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КОФЕЛА КУРИНАЯ ИЗ ПИЩИ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №22	100,30	11,44	13,67	14,56	227,11	ТТК №22	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №23	180	5,52	6,24	35,52	220,32	ТТК №23	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОННОМ ТТК №15	200	0,30	0,00	15,20	60,00	ТТК №15	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №5	50	3,80	0,10	25,10	118,10	ТТК №5	
Итого за прием пищи:	560	21,06	20,21	90,38	625,53		



Утверждено:

Согласовано:

01.09.2026

Директор школы Воднобуерская
И.И. Секуренко И.И.
01.09.2026

Примерное 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ

7 Вариант

Прим. пище. наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
СВЕКЛА С МАСЛОМ ТТК №7	100	1,60	6,00	10,10	97,09	ТТК №7	
РАГУ ИЗ ПИЦЦЫ ТТК №31	220	14,39	16,14	29,29	317,03	ТТК №31	
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №44	200	0,18	0,00	15,00	58,00	ТТК №44	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №5	50	13,80	0,30	25,10	118,00	ТТК №5	
Итого за прием пищи:	570	29,17	22,44	79,49	590,43		

1	Утренний завтрак	СВЕКЛА С МАСЛОМ ТТК №7	100	1,60	6,00	10,10	97,09	ТТК №7		
2	Утренний завтрак	РАГУ ИЗ ПИЦЦЫ ТТК №31	220	14,39	16,14	29,29	317,03	ТТК №31		
3	Утренний завтрак	ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №44	200	0,18	0,00	15,00	58,00	ТТК №44		
4	Утренний завтрак	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №5	50	13,80	0,30	25,10	118,00	ТТК №5		
5	Утренний завтрак	Итого за прием пищи:	570	29,17	22,44	79,49	590,43			
6	Утренний завтрак	СВЕКЛА С МАСЛОМ ТТК №7	100	1,60	6,00	10,10	97,09	ТТК №7		
7	Утренний завтрак	РАГУ ИЗ ПИЦЦЫ ТТК №31	220	14,39	16,14	29,29	317,03	ТТК №31		
8	Утренний завтрак	ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №44	200	0,18	0,00	15,00	58,00	ТТК №44		
9	Утренний завтрак	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №5	50	13,80	0,30	25,10	118,00	ТТК №5		
10	Утренний завтрак	Итого за прием пищи:	570	29,17	22,44	79,49	590,43			

Список обучающихся 3 класса МОУ Воднобуерская СОШ, участвующих в организации горячего питания

Утверждаю:

01.09.2016

Примерное 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ

Согласовано:

Директор МОУ Воднобуржская ссз
И.И. Секуренко и.и.
01.09.2016

8 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ ИЛИ ПОМИДОР СВЕЖИЙ) ТТК №25	160	1,1	0	2,4	14	ТТК №25	
ШОЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №26	220	15,40	19,07	39,84	388,66	ТТК №21	
ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №19	200	0,20	0,00	15,00	58,00	ТТК №15	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №5	30	2,3	0,2	15,1	71,1	ТТК №5	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	20	1,3	0,2	8,5	40,8	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	570	20,30	19,47	80,84	571,96		

Утверждаю:



01.09.2016

Согласовано:

Директор ФГБУ ВНИИОБЖ им. И.И. Шенников

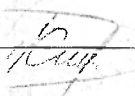
01.09.2016

Примерное 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ

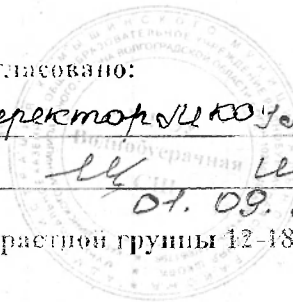
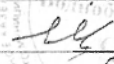
9 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША МОЛОЧНАЯ МАШИНА СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ ГТК №37	250	7,30	7,13	34,88	228,13	ГТК №37	
БУТЕРБРОД С СЫРОМ ГТК №9	35/10/5	5,00	7,30	17,60	156,70	ГТК №9	
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ЯБЛОКО ГТК №18	120	0,50	0,50	11,80	56,40	ГТК №18	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ ГТК №10 а	200	3,00	3,10	12,10	89,60	ГТК №10 а	
ЧАЙ ПИЩЕВЫЙ ГТК №6	30	2,3	0,2	13,1	71,1	ГТК №6	
Итого за прием пищи:	650	18,10	18,23	91,48	601,33		

Утверждаю:


01.09.2026

Согласовано:


Директор И КОУ Воднобурскской сш
 Шкуринко Н. В.
01.09.2026

Примерное 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ

10 Вариант							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ ТТК №30	180	4,8	5,4	21,3	124,1	ТТК №30	
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №2	100/30	12,2	17,3	17,7	275,0	ТТК №2	
ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №19	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №19	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №5	30	2,3	0,2	15,1	71,1	ТТК №5	
Итого за прием пищи:	640	19,51	22,90	69,03	555,18		

Утверждаю:

01.09.2026

Примерное 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ

Согласовано:

Директор МОУ Водно-буржакской

25.09.2026

Щекуринко Н.В.

ИТОГО ПО ПЕРИОДУ МЕНЮ

Итого	б	ж	уг	ккал
Итого за период	201,72/199,32	201,81/200,81	843,06/839,56	5945,18/5922,58
Среднее значение за период	20,17/19,93	20,18/20,08	84,3/83,93	594,51/592,25
Сопоставление плановых величин	1	1	4	