

Организация осуществляющая питание:
И.П. Юмагулова Я.С.

Утверждаю:
Директор Дюлова О.В.

МКОУ «Тормосиновская СШ»

Меню на 15 сентября 2025 г.

Завтрак первая неделя первый день

Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г							Калорийность, ккал.		№ рецепта
			Б	Ж	У	Б	Ж	У	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет		
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет				
Салат из белокочанной капусты	100	100	1.5	5.1	7.1	1.5	5.1	7.1	80	80	79	
Котлета куриная Приоскольская	100	100	15	19,6	21,8	15	19,6	21,8	323	323	ТТК 138	
Макаронные изделия отварные	180	180	6,1	6.5	37	6,1	6.5	37	231	231	688	
Чай с сахаром и лимоном	200	200	0.5	0.2	15,1	0.5	0.2	15,1	57	57	944	
Хлеб пшеничный в/с	60	60	4.9	0.8	21.7	4.9	0.8	21.7	114	114	ТТК 183	
Итого:	640	640	28	32.2	102.7	28	32.2	102.7	805	805		

Второй прием пищи (для детей с ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г							Калорийность, ккал.		№ рецепта
			Б	Ж	У	Б	Ж	У				
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет		
Фрукты свежие	140	140	0.6	0.6	13.7	0.6	0.6	13.7	62	62	847	
	780	780	28.6	32.8	116.4	28.6	32.8	116.4	867	867		

Организация осуществляющая питание:
И.П. Юмагулова Я.С.

Утверждаю:

Директор Попова О.В.

МКОУ «Тормосиновская СШ»

Меню на 16 сентября 2025 г.
Завтрак первая неделя второй день

Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г							Калорийность ккал.	№ рецепта
			Б	Ж	У	Б	Ж	У			
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	
Суп картофельный с вермишелью и мясом кур	250	250	8,1	3,1	17,4	8,1	3,1	17,4	130	130	208
Какао с молоком	200	200	3,3	3.5	20.5	3,3	3.5	20.5	127	127	959
Сдоба с творогом	100	100	15,8	13.2	15,6	15,8	13.2	15,6	244	244	ТТК 99
Хлеб пшеничный в/с	60	60	4.9	0.8	21.7	4.9	0.8	21.7	114	114	ТТК 183
Итого:	610	610	32.1	20.6	75.2	32.1	20.6	75.2	615	615	

Второй прием пищи (для детей с ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г							Калорийность, ккал.		№ рецепта
			Б	Ж	У	Б	Ж	У				
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет		
Фрукты свежие	140	140	0.6	0.6	13.7	0.6	0.6	13.7	62	62	847	
	750	750	32.7	21.2	88.9	32.7	21.2	88.9	677	677		



Организация осуществляющая питание:
И.П. Юмагулова Я.С.

Утверждаю:
Директор Попова О.В.



МКОУ «Тормосиновская СШ»

Меню на 17 сентября 2025 г.
Завтрак первая неделя третий день

Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г							Калорийность, ккал.		№ рецепта
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет		
Салат из квашеной капусты	100	100	1,6	5	5,4	1,6	5	5,4	73		81	
Биточки из мяса птицы	100	100	19,2	4,9	11,1	19,2	4,9	11,1	165		ТТК 184	
Пюре картофельное	180	180	3,3	5,4	22,8	3,3	5,4	22,8	153		694	
Чай с сахаром и лимоном	200	200	0,5	0,2	15,1	0,5	0,2	15,1	57		944	
Хлеб пшеничный в/с	60	60	4,9	0,8	21,7	4,9	0,8	21,7	114		ТТК 183	
Итого:	640	640	29,5	16,3	76,1	29,5	16,3	76,1	562			

Второй прием пищи (для детей с ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г							Калорийность, ккал.		№ рецепта
			Б	Ж	У	Б	Ж	У				
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет		
Фрукты свежие	140	140	0.6	0.6	13.7	0.6	0.6	13.7	62	62	847	
	780	780	30.1	16.9	89.8	30.1	16.9	89.8	624	624		



Организация осуществляющая питание:
И.П. Юмагулова Я.С.

Утверждаю:
Директор Попова О.В.

МКОУ «Тормосиновская СШ»

Меню на 18 сентября 2025 г.
Завтрак первая неделя четвертый день



Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г							Калорийность, ккал.		№ рецепта
			Б	Ж	У	Б	Ж	У				
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет		
Салат овощной Свежесть	100	100	1.5	7.1	5.2	1.5	7.1	5.2	91	91	ТТК 56	
Гуляш	120	120	15.8	28	4.9	15.8	28	4.9	334	334	591	
Каша гречневая рассыпчатая	180	180	8.9	8.1	42.5	8.9	8.1	42.5	279	279	378	
Чай с сахаром	200	200	0.6	0.2	14.8	0.6	0.2	14.8	56	56	943	
Хлеб пшеничный в/с	60	60	4.9	0.8	21.7	4.9	0.8	21.7	114	114	ТТК 183	
Итого:	660	660	31.7	44.2	89.1	31.7	44.2	89.1	874	874		

Второй прием пищи (для детей с ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г						Калорийность, ккал.		№ рецепта
			Б	Ж	У	Б	Ж	У			
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	
Фрукты свежие	140	140	0.6	0.6	13.7	0.6	0.6	13.7	62	62	847
	800	800	31,8	44.8	89,7	31,8	44.8	89,7	936	936	

Организация осуществляющая питание:
И.П. Юмагулова Я.С.

Утверждаю:
Директор Попова О.В.

МКОУ «Тормосиновская СШ»

Меню на 19 сентября 2025 г.
Завтрак первая неделя пятый день

Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г							Калорийность, ккал.		№ рецепта
			Б	Ж	У	Б	Ж	У				
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет		
Салат из свежих огурцов и помидоров	100	100	0.9	5.1	3.2	0.9	5.1	3.2	62	62	59	
Филе рыбы запечённое	100	100	17.4	8.4	6.1	17.4	8.4	6.1	169	169	488	
Пюре картофельное	180	180	3.3	5.4	22.8	3.3	5.4	22.8	153	153	694	
Компот из сухофруктов	200	200	0	0	15	0	0	15	60	60	868	
Хлеб пшеничный в/с	60	60	4.9	0.8	21.7	4.9	0.8	21.7	114	114	ТТК 183	
Итого:	640	640	26.5	19.7	68.8	26.5	19.7	68.8	558	558		

Второй прием пищи (для детей с ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г						Калорийность, ккал.		№ рецепта
			Б	Ж	У	Б	Ж	У			
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	
Фрукты свежие	140	140	0.6	0.6	13.7	0.6	0.6	13.7	62	62	847
	780	780	27.1	20.3	82.5	27.1	20.3	82.5	620	620	