**У Т В Е Р Ж Д А Ю:**
**Директор Капенкина Т.П.**
17.08.2026

**СОГЛАСОВАНО**
**Директор** Власова Е.А.
17.08.2026

**ЛАНЧ**
**МЕНЮ ЗА РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ**

# МЕНЮ ЗА РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ . ЛАНЧ

Утверждаю Капенкина Т.П.

Директор

17.08.2026

Согласовано

Директор Власова Е.А.

17.08.2026

**1 день**

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | цена | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | |
| САЛАТ "ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ" №71 | 100 | | 2,10 | 15,15 | 10,20 | 186,00 | ТК№71 | |
| КУРОЧКА С СЫРОМ №99 | 100 | | 18,00 | 19,00 | 3,00 | 260,00 | ТК№99 | |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ №128 | 200 | | 4,40 | 6,60 | 29,40 | 194,50 | ТК№128 | 2011 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686 | 200 | | 0,30 | 0,00 | 15,20 | 60,00 | 686 | 2011 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6 | 50 | | 3,95 | 0,50 | 21,15 | 116,33 | 6 | |
| **Итого за прием пищи:** | **650** | **180,00₽** | **28,75** | **41,25** | **78,95** | **816,83** | | |

# МЕНЮ ЗА РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ . ЛАНЧ

Утверждаю Капенкина Т.П.

Директор

17.08.2026

Согласовано

Директор Власова Е.А.

17.08.2026

**2 день**

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | цена | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ №47 | 100 | | 1,6 | 3,7 | 6,3 | 67,4 | ТК№47 | 2011 |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ № 492 | 200 | | 15,10 | 19,00 | 30,20 | 345,80 | ТК№492 | |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53 | 200 | | 0,30 | 0,00 | 16,00 | 66,40 | 53 | 2011 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7 | 50 | | 3,13 | 0,50 | 20,63 | 99,00 | 7 | |
| **Итого за прием пищи:** | **550** | **180,00₽** | **20,1** | **23,2** | **73,2** | **578,6** | | |

# МЕНЮ ЗА РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ . ЛАНЧ

Утверждаю Капенкина Т.П.

Директор

17.08.2026

Согласовано

Директор Власова Е.А.

17.08.2026

**3 день**

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | цена | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ ТК№119 (капуста белокачанная, огурец свежий) | 100 | | 1,2 | 5,0 | 10,0 | 89,0 | ТК№11 | |
| ПЕЛЬМЕНИ СО СМЕТАНОЙ ТК№93 | 200/50 | | 23,94 | 19,18 | 43,54 | 449,61 | ТК№93 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685 | 200 | | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 58,00 | 685 | 2011 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6 | 50 | | 3,95 | 0,50 | 21,15 | 116,33 | 6 | |
| **Итого за прием пищи:** | **600** | **180,00₽** | **29,29** | **24,68** | **89,69** | **712,94** | | |

# МЕНЮ ЗА РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ . ЛАНЧ

Утверждаю Капенкина Т.П.

Директор

17.08.2026

Согласовано

Директор Власова Е.А.

17.08.2026

**4 день**

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | цена | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | |
| САЛАТ ОЛИВЬЕ ТТК№89 | 100 | | 3,44 | 9,80 | 4,16 | 120,60 | ТТК№89 | |
| МЯСО ПО - ФРАНЦУЗСКИ ТК№75 | 100 | | 8,70 | 23,70 | 6,00 | 272,00 | ТК№75 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686 | 200 | | 0,30 | 0,00 | 15,20 | 60,00 | 686 | 2011 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7 | 50 | | 3,13 | 0,50 | 20,63 | 99,00 | 7 | |
| **Итого за прием пищи:** | **450** | **180,00₽** | **15,57** | **34,00** | **45,99** | **551,60** | | |

# МЕНЮ ЗА РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ . ЛАНЧ

Утверждаю Капенкина Т.П.

Директор

17.08.2026

Согласовано

Директор Власова Е.А.

17.08.2026

**5 день**

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | цена | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ И МОРКОВИ ТК№109 | 100 | | 1,4 | 5,1 | 9,0 | 87,4 | ТК№109 | 2011 | |
| СОСИСКА ОТВАРНАЯ ТК№98 | 100 | | 11,1 | 31,1 | 0,5 | 328,0 | ТК№98 | | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203 | 150 | | 3,7 | 5,7 | 28,2 | 195,7 | ТК№203 | 2017 | |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53 | 200 | | 0,30 | 0,00 | 16,00 | 66,40 | 53 | 2011 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6 | 30 | | 3,9 | 0,5 | 24,1 | 116,8 | | | |
| **Итого за прием пищи:** | **580** | **180,00₽** | **20,4** | **42,38** | **77,82** | **794,3** | | | |

# МЕНЮ ЗА РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ . ЛАНЧ

Утверждаю Капенкина Т.П.

17.08.2026

Директор Власова Е.А.

17.08.2026

**6 день**

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | цена | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Завтрак** | | | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ И СВЕКЛЫ ТК№18 | 100 | | 1,67 | 6,65 | 9,84 | 105,00 | ТК№18 | |
| ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ № 311к | 100 | | 9,60 | 11,60 | 7,50 | 175,90 | ТК№311 к | |
| ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ ТК№303 | 150 | | 8,20 | 5,90 | 37,20 | 235,50 | ТК№303 | 2017 |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685 | 200 | | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 58,00 | 685 | 2011 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7 | 50 | | 3,13 | 0,50 | 20,63 | 99,00 | ТТК№7 | |
| **Итого за прием пищи:** | **600** | **180,00₽** | **22,80** | **24,65** | **90,17** | **673,40** | | |

# МЕНЮ ЗА РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ . ЛАНЧ

Утверждаю Капенкина Т.П.
17.08.2026

Директор Власова Е.А.
17.08.2026

7 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | цена | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | |
| САЛАТ "ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ" №71 | 100 | | 2,10 | 15,15 | 10,20 | 186,00 | ТК№71 | |
| КУРОЧКА С СЫРОМ №99 | 100 | | 18,00 | 19,00 | 3,00 | 260,00 | ТК№99 | |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ №128 | 200 | | 4,40 | 6,60 | 29,40 | 194,50 | ТК№128 | 2011 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686 | 200 | | 0,30 | 0,00 | 15,20 | 60,00 | 686 | 2011 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6 | 50 | | 3,95 | 0,50 | 21,15 | 116,33 | 6 | |
| **Итого за прием пищи:** | **650** | **180,00₽** | **28,75** | **41,25** | **78,95** | **816,83** | | |

# МЕНЮ ЗА РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ . ЛАНЧ

Утверждаю Капенкина Т.П.

Директор

17.08.2026

Согласовано

Директор Власова Е.А.

17.08.2026

8 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | цена | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕЖЕГО ОГУРЦА И ПОМИДОРА ТК№10 | 100 | | 1,6 | 3,7 | 6,3 | 63,0 | ТК№10 | |
| ПЕЛЬМЕНИ СО СМЕТАНОЙ ТК№93 | 200/50 | | 23,94 | 19,18 | 43,54 | 449,61 | ТК№93 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685 | 200 | | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 58,00 | 685 | 2011 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7 | 50 | | 3,13 | 0,50 | 20,63 | 99,00 | ТТК№7 | |
| **Итого за прием пищи:** | **600** | **180,00₽** | **28,87** | **23,33** | **85,49** | **669,64** | | |

# МЕНЮ ЗА РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ . ЛАНЧ

Утверждаю Капенкина Т.П.

Директор

17.08.2026

Согласовано

Директор Власова Е.А.

17.08.2026

9 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | цена | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | |
| САЛАТ ОЛИВЬЕ ТТК№89 | 100 | | 3,44 | 9,80 | 4,16 | 120,60 | ТТК№89 | |
| ТЕФТЕЛИ С РИСОМ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТК№307/363 | 100/30 | | 12,70 | 12,80 | 15,50 | 227,30 | ТК№307/363 | |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ №128 | 200 | | 4,40 | 6,60 | 29,40 | 194,50 | ТК№128 | 2011 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЯБЛОКОМ №687 | 200 | | 0,30 | 0,00 | 15,20 | 60,00 | 687 | 2011 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6 | 50 | | 3,95 | 0,50 | 21,15 | 116,33 | 6 | |
| **Итого за прием пищи:** | **680** | **180,00₽** | **24,79** | **29,70** | **85,41** | **718,73** | | |

# МЕНЮ ЗА РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ . ЛАНЧ

Утверждаю Капенкина Т.П.
Директор
17.08.2026

Согласовано
Директор Власова Е.А.
17.08.2026

10 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | цена | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ И МОРКОВИ ТК№109 | 100 | | 1,4 | 5,1 | 9,0 | 87,4 | ТК№109 | 2011 | |
| СОСИСКА ОТВАРНАЯ ТК№98 | 100 | | 11,1 | 31,1 | 0,5 | 328,0 | ТК№98 | | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203 | 150 | | 3,7 | 5,7 | 28,2 | 195,7 | ТК№203 | 2017 | |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53 | 200 | | 0,30 | 0,00 | 16,00 | 66,40 | 53 | 2011 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6 | 30 | | 3,9 | 0,5 | 24,1 | 116,8 | | | |
| **Итого за прием пищи:** | **580** | **180,00₽** | **20,4** | **42,38** | **77,82** | **794,3** | | | |