



МЕНЮ
на 14 января 2026г.

ЗАВТРАКИ для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорий ность	№ по сборнику рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-3							
Завтрак 1							
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, свекла отварная)	60	0,5	0,1	0,1	7,6	ТТК № 1,2,3,4,5	
Гречка по-купечески № 468	200	21,9	25,3	40,1	425,0	ТТК № 468/2024	
Чай черный с яблоком № 547	200	0,3	0,1	10,2	43,0	ТТК № 547/2025	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	500	25,7	25,7	69,9	567,5		
Полдник							
Фрукты свежие (яблоко) №338	120	0,5	0,5	11,4	54,7	338/2011	
Сок фруктовый №707	180	0,9	0,2	17,7	80,3	707/2004	
Итого за прием пищи:	300	1,4	0,7	29,1	135,0		
Всего за день:		27,1	26,4	99,0	702,5		175-10
ЗАВТРАКИ для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-3							
Завтрак 1							
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, свекла отварная)	100	0,8	0,2	0,2	12,7	ТТК № 1,2,3,4,5	
Гречка по-купечески № 468	230	25,2	29,1	46,1	488,8	ТТК № 468/2024	
Чай черный с яблоком № 547	200	0,3	0,1	10,2	43,0	ТТК № 547/2025	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	570	29,3	29,6	76,0	636,4		
Полдник							
Фрукты свежие (яблоко) №338	150	0,4	0,4	9,5	45,6	338/2011	
Сок фруктовый №707	200	1,1	0,2	19,5	83,4	707/2004	
Итого за прием пищи:	350	1,5	0,6	29,0	129,0		
Всего за день:		30,8	30,2	105,0	765,4		175-10

Зав. производством:

Экономист по ценам:



МЕНЮ
на 14 января 2026г.

ОБЕД(ПОЛДНИК) для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность	№ по сборнику рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-3							
Обед							
Овощи по сезону	60	0,5	0,1	1,0	7,6	ТТК № 1,2,3,4,5	
Суп из овощей №135	200	1,5	3,0	8,9	68,3	135/2004	
Фрикадельки рыбные №240	90	12,0	12,8	9,8	126,0	240/2011	
Соус томатный №593	30	1,1	2,9	2,5	52,0	593/2004	
Картофель отварной или картофельное пюре №125/128	150	4,0	4,0	27,1	210,8	125/128 2011	
Компот из свежих плодов № 631	200	0,2	0,2	27,1	111,1	631/2004	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6	
Хлеб пеклеванный	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	820	25,5	23,7	117,2	769,8		
Полдник							
Фрукты свежие (яблоко) №338	120	0,5	0,5	11,4	54,7	338/2011	
Сок фруктовый №707	180	0,9	0,2	17,7	80,3	707/2004	
Итого за прием пищи:	300	1,4	0,7	29,1	135,0		
Всего за день:		26,9	24,4	146,3	904,8		175-10
ОБЕД(ПОЛДНИК) для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-3							
Обед							
Овощи по сезону	100	0,8	0,2	1,7	12,7	ТТК № 1,2,3,4,5	
Суп из овощей №135	250	1,9	3,8	11,1	85,4	135/2004	
Фрикадельки рыбные №240	100	13,3	15,6	10,9	140,0	240/2011	
Соус томатный №593	30	1,1	2,5	2,5	52,0	593/2004	
Картофель отварной или картофельное пюре №125/128	180	4,7	4,7	30,0	237,4	125/128 2011	
Компот из свежих плодов № 631	200	0,2	0,2	27,1	111,1	631/2004	
Хлеб пшеничный	60	4,4	0,4	29,2	137,8	ТТК № 6	
Хлеб пеклеванный	50	3,2	0,4	20,6	98,9	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	970	29,6	27,8	133,1	875,3		
Полдник							
Фрукты свежие (яблоко) №338	150	0,6	0,6	14,3	68,4	338/2011	
Сок фруктовый № 707	200	1,1	0,2	19,5	83,4	707/2004	
Итого за прием пищи:	350	1,7	0,8	33,8	151,8		175-10
Всего за день:		31,3	28,6	166,9	1 027,1		

Зав. производством:

Вешаева

Экономист по ценам:

И