

Заказчик:  
Директор МОУ СШ № 18

Е.А. Богатова

Дата: 11.09.2025

Исполнитель:  
ООО "Виво Маркет"

**12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки)  
обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ СШ № 18 г.Волгограда**

**10 Вариант**

| 10 Вариант                            |              |                  |         |             |                               |                              |
|---------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|------------------------------|
| Прием пищи, наименование блюда        | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|                                       |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |                              |
| Завтрак                               |              |                  |         |             |                               |                              |
| КОТЛЕТА РЫБНАЯ (минтай)               | 90           |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ           | 150          |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ЧАЙ С САХАРОМ                         | 200          |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| СОК/НЕКТАР В АССОРТИМЕНТЕ             | 200          |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ                   | 20           |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ                  | 20           |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| Итого за прием пищи:                  | 680          | 20,07            | 16,20   | 86,81       | 572,55                        |                              |
| Прием пищи, наименование блюда        | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|                                       |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |                              |
| Завтрак                               |              |                  |         |             |                               |                              |
| КОТЛЕТА РЫБНАЯ (минтай)               | 100          |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ           | 180          |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ЧАЙ С САХАРОМ                         | 200          |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| СОК/НЕКТАР В АССОРТИМЕНТЕ             | 200          |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ                   | 20           |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ                  | 20           |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| Итого за прием пищи:                  | 720          | 22,37            | 18,80   | 94,99       | 637,87                        |                              |
| Прием пищи, наименование блюда        | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|                                       |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |                              |
| Обед                                  |              |                  |         |             |                               |                              |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ                       | 60           |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ     | 200          |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ПЕЛЬМЕНИ ОТВАРНЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 200          |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ                 | 200          |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ                   | 50           |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК     |
| Итого за прием пищи:                  | 710          | 22,15            | 26,42   | 99,68       | 726,13                        |                              |

**12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (полдники) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья,  
детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ СШ № 18 Волгограда**

**10 день**

| 10 день                        |              |                  |         |             |                               |                          |
|--------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------------------|
| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры             |
|                                |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |                          |
| Полдник                        |              |                  |         |             |                               |                          |
| ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ВИШНЕЙ       | 100          |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360         | 200          |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи:           | 300          | 6,56             | 6,40    | 90,18       | 442,96                        |                          |

**12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (полдники) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья,  
детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет МОУ СШ № 18 Волгограда**

**10 день**

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры             |
|--------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------------------|
|                                |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |                          |
| Полдник                        |              |                  |         |             |                               |                          |
| ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ВИШНЕЙ       | 150          |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360         | 200          |                  |         |             |                               | Сборник рецептов или ТТК |
| Итого за прием пищи:           | 350          | 8,89             | 8,49    | 114,15      | 567,20                        |                          |