

Директор МОУ

Директор МОУ

Директор МОУ «СШ № 1 Верхнепономное»  
И. Н. Васова

МБОУ «СШ № 1 Верхнепономное»  
участник  
общественной  
школы  
г. Верхнепономное

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ  
ОБРАЗОВАНИЯ  
ОБЩЕСТВЕННАЯ ШКОЛА  
г. Верхнепономное

МЕНЮ

| Вино | Без | Ж |
|------|-----|---|
|------|-----|---|

Директор ООО «Венера»

Директор ООО «Венера»

Иванова И.В.

# МЕНЮ

Ha

20.01.2026.

| <b>ЗАВТРАК для обучающихся<br/>возрастной группы 7-11 лет</b>                                                                       | <b>Выход<br/>г</b> | <b>Белки,<br/>г</b> | <b>Жиры,<br/>г</b> | <b>Углеводы,<br/>г</b> | <b>Калорий<br/>ность</b> | <b>№ по<br/>сборнику<br/>рецептур</b> | <b>Цена<br/>руб</b> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|---------------------|--------------------|------------------------|--------------------------|---------------------------------------|---------------------|
| <b>ВАРИАНТ-7</b>                                                                                                                    |                    |                     |                    |                        |                          |                                       |                     |
| Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная, икра из свеклы) | 60                 | 1,3                 | 0,4                | 7,7                    | 37,0                     | ТТК<br>1,2,3,4,78<br>/2021/20<br>04   |                     |
| Гуляш из филе птицы                                                                                                                 | 100                | 9,2                 | 12,7               | 0,5                    | 156                      | 337/2004                              |                     |
| Макаронные изделия отварные                                                                                                         | 150                | 5,3                 | 6,2                | 35,3                   | 221                      | 516/2004                              |                     |
| Чай с сахаром                                                                                                                       | 200/15             | 0,2                 | 0,0                | 15,0                   | 58                       | 685/2004                              |                     |
| Хлеб пшеничный                                                                                                                      | 40                 | 3,0                 | 0,3                | 19,5                   | 92                       | ТТК № 6                               |                     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                                                                                         | <b>565</b>         | <b>19,0</b>         | <b>19,6</b>        | <b>78,0</b>            | <b>564</b>               |                                       |                     |
| <b>ЗАВТРАК для обучающихся<br/>возрастной группы 12-18 лет</b>                                                                      |                    |                     |                    |                        |                          |                                       |                     |
| <b>ВАРИАНТ-7</b>                                                                                                                    |                    |                     |                    |                        |                          |                                       |                     |
| Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная, икра из свеклы) | 100                | 2,2                 | 0,7                | 12,8                   | 62                       | ТТК<br>1,2,3,4,78<br>/2021/20<br>04   |                     |
| Гуляш из филе птицы                                                                                                                 | 100                | 9,2                 | 12,7               | 0,5                    | 156                      | 337/2004                              |                     |
| Макаронные изделия отварные                                                                                                         | 180                | 5,3                 | 6,2                | 35,3                   | 221                      | 516/2004                              |                     |
| Чай с сахаром                                                                                                                       | 200/15             | 0,2                 | 0,0                | 15,0                   | 58                       | 685/2004                              |                     |
| Хлеб пшеничный                                                                                                                      | 40                 | 3,0                 | 0,2                | 19,5                   | 92                       | ТТК № 6                               |                     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                                                                                         | <b>635</b>         | <b>19,9</b>         | <b>19,8</b>        | <b>83,1</b>            | <b>589</b>               |                                       |                     |
|                                                                                                                                     |                    |                     |                    |                        |                          |                                       |                     |

**Зав. производством:**

## Экономист по ценам:





«Согласовано»

Директор МОУ

Сов. Верхнеполюшское  
Школа № 1

«Утверждаю»

Директор ООО «Венера»

Иванова И.В.

## МЕНЮ

на

20.01.2026.

| ЗАВТРАКИ для обучающихся с ОВЗ<br>возрастной группы 7-11 лет                                                                                 | Выход<br>г | Белки,<br>г | Жиры,<br>г  | Углеводы,<br>г | Калорий<br>ность | № по<br>сборнику<br>рецептур    | Цена<br>руб |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-------------|-------------|----------------|------------------|---------------------------------|-------------|
| <b>ВАРИАНТ-7</b>                                                                                                                             |            |             |             |                |                  |                                 |             |
| <b>Завтрак 1</b>                                                                                                                             |            |             |             |                |                  |                                 |             |
| Овощи по сезону (огурец свежий,<br>помидор свежий, капуста квашеная,<br>огурец соленый, помидор соленый,<br>свекла отварная, икра из свеклы) | 60         | 1,3         | 0,4         | 7,7            | 37,0             | ТТК<br>1,2,3,4,78/<br>2021/2004 |             |
| Гуляш из филе птицы                                                                                                                          | 100        | 9,2         | 12,7        | 0,5            | 156              | 337/2004                        |             |
| Макаронные изделия отварные                                                                                                                  | 150        | 5,3         | 6,2         | 35,3           | 221              | 516/2004                        |             |
| Чай с сахаром                                                                                                                                | 200/15     | 0,2         | 0,0         | 15,0           | 58               | 685/2004                        |             |
| Хлеб пшеничный                                                                                                                               | 40         | 3,0         | 0,3         | 19,5           | 92               | ТТК № 6                         |             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                                                                                                  | <b>565</b> | <b>19,0</b> | <b>19,6</b> | <b>78,0</b>    | <b>564</b>       |                                 |             |
| <b>Завтрак 2</b>                                                                                                                             |            |             |             |                |                  |                                 |             |
| Кондитерские изделия (печенье,<br>вафли)                                                                                                     | 20         | 1,6         | 2,0         | 14,4           | 81               |                                 |             |
| Чай с молоком №378                                                                                                                           | 180        | 1,4         | 1,4         | 15,6           | 78,0             | 378/2011                        |             |
| Фрукты свежие                                                                                                                                | 100        | 0,4         | 0,4         | 9,5            | 46               |                                 |             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                                                                                                  | <b>300</b> | <b>3,4</b>  | <b>3,8</b>  | <b>39,5</b>    | <b>205</b>       |                                 |             |
| <b>Всего за день:</b>                                                                                                                        |            | <b>22,4</b> | <b>23,4</b> | <b>117,5</b>   | <b>769</b>       |                                 |             |
| <b>ЗАВТРАКИ для обучающихся с ОВЗ<br/>возрастной группы 12-18 лет</b>                                                                        |            |             |             |                |                  |                                 |             |
| <b>ВАРИАНТ-7</b>                                                                                                                             |            |             |             |                |                  |                                 |             |
| <b>Завтрак 1</b>                                                                                                                             |            |             |             |                |                  |                                 |             |
| Овощи по сезону (огурец свежий,<br>помидор свежий, капуста квашеная,<br>огурец соленый, помидор соленый,<br>свекла отварная, икра из свеклы) | 100        | 2,2         | 0,7         | 12,8           | 30               | ТТК<br>1,2,3,4,78/<br>2021/2004 |             |
| Гуляш из филе птицы                                                                                                                          | 100        | 9,2         | 12,7        | 0,5            | 156              | 337/2004                        |             |
| Макаронные изделия отварные                                                                                                                  | 180        | 5,3         | 6,2         | 35,3           | 221              | 516/2004                        |             |
| Чай с сахаром                                                                                                                                | 200/15     | 0,2         | 0,0         | 15,0           | 58               | 685/2004                        |             |
| Хлеб пшеничный                                                                                                                               | 40         | 3,0         | 0,3         | 19,5           | 92               | ТТК № 6                         |             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                                                                                                  | <b>635</b> | <b>19,9</b> | <b>19,8</b> | <b>83,1</b>    | <b>589</b>       |                                 |             |
| <b>Завтрак 2</b>                                                                                                                             |            |             |             |                |                  |                                 |             |
| Кондитерские изделия (печенье,<br>вафли)                                                                                                     | 30         | 2,4         | 3,0         | 21,6           | 122              |                                 |             |
| Чай с молоком №378                                                                                                                           | 180        | 1,4         | 1,4         | 15,6           | 78,0             | 378/2011                        |             |
| Фрукты свежие                                                                                                                                | 100        | 0,4         | 0,4         | 9,5            | 46               |                                 |             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                                                                                                  | <b>310</b> | <b>4,2</b>  | <b>4,8</b>  | <b>46,7</b>    | <b>246</b>       |                                 |             |
| <b>Всего за день:</b>                                                                                                                        |            | <b>24,1</b> | <b>24,6</b> | <b>129,8</b>   | <b>835</b>       |                                 |             |

Зав. производством:

Экономист по ценам: