

Согласовано

*Директор МОУ СШ №105*

*М.П. А. Мельнишкова, 26.01.2026*

Утверждаю: ООО Виво Маркет

*Юриана К.В.*

*26.01.2026*

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ г.Волгограда

6 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |              |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|--------------------------------|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |             |                  |
| Завтрак                        |              |                  |              |              |                               |             |                  |
| ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ               | 100          | 1,07             | 0,10         | 1,55         | 11,38                         | ТТК №27     |                  |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                  | 150          | 13,00            | 14,64        | 31,57        | 310,04                        | ТТК №67     |                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ          | 200          | 0,01             | 0,00         | 10,71        | 42,81                         | ТТК №241    |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                 | 50           | 3,83             | 0,49         | 23,43        | 113,98                        | ТТК №6      |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>    | <b>500</b>   | <b>17,91</b>     | <b>15,23</b> | <b>67,26</b> | <b>478,21</b>                 |             |                  |

Ответственное лицо

*[Подпись]*

Согласовано

*Дуфетон МОУ СШ № 105*

*С. А. Мельнишкова, 26.01.2026*



Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеда) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ г. Волгограда

6 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда                      | Масса порции | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|   |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |             |                  |
| Обед  |              |                  |              |               |                               |             |                  |
| ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ                                     | 60           | 0,48             | 0,06         | 1,02          | 7,80                          | ТТК №4      |                  |
| СУП С КРУПНОЙ (рисовая)                             | 200          | 2,76             | 9,84         | 8,89          | 135,16                        | ТТК №44     |                  |
| ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ И КУРИЦЕЙ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 150          | 12,21            | 16,69        | 42,60         | 369,45                        | ТТК №564    |                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                             | 200          | 0,15             | 0,04         | 10,82         | 44,22                         | ТТК №301    |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                      | 40           | 3,16             | 0,40         | 19,32         | 94,00                         | ТТК №66     |                  |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ                                     | 60           | 3,66             | 0,72         | 23,94         | 118,20                        | ТТК №7      |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                         | <b>710</b>   | <b>22,42</b>     | <b>27,75</b> | <b>106,59</b> | <b>768,83</b>                 |             |                  |

Зав. производством \_\_\_\_\_

Согласовано

*Директор МОУ СШ № 105*

*О.А. Немчинова, 26.01.2026*



Утверждено: ООО Виво Маркет

Горина К.В.

*26.01.2026*

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ г.Волгограда

6 Вариант

| Прим пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |              |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|-------------------------------|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                               |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |             |                  |
| Завтрак                       |              |                  |              |              |                               |             |                  |
| ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ              | 100          | 1,07             | 0,10         | 1,55         | 11,38                         | ТТК №27     |                  |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                 | 200          | 17,32            | 19,54        | 41,11        | 409,58                        | ТТК №67     |                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ         | 200          | 0,01             | 0,00         | 10,71        | 42,81                         | ТТК №241    |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                | 50           | 3,83             | 0,49         | 23,43        | 113,98                        | ТТК №6      |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>   | <b>550</b>   | <b>22,23</b>     | <b>20,13</b> | <b>76,80</b> | <b>577,75</b>                 |             |                  |

Ответственное лицо

Согласовано  
 Директор МОУ СШ № 105  
 О.А. Мельнишвили, 26.01.2026

Утверждаю: ООО Виво Маркет  
 Г. Ворина К.В.  
 26.01.2026

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеда) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ г. Волгограда

6 Вариант

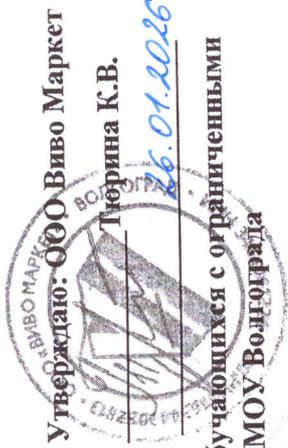
| Прим пищи, наименование блюда                       | Масса порции | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность, ккал | № рецел-туры | Сборник рецептов |
|---|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|   |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |              |                  |
| Обед  |              |                  |              |               |                               |              |                  |
| ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ                                     | 100          | 0,80             | 0,10         | 1,70          | 10,90                         | ТТК №4       |                  |
| СУП С КРУПНОЙ (рисовая)                             | 250          | 3,31             | 12,30        | 11,06         | 168,18                        | ТТК №44      |                  |
| ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ И КУРИЦЕЙ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 200          | 15,96            | 19,11        | 56,82         | 463,11                        | ТТК №564     |                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                             | 200          | 0,15             | 0,04         | 10,82         | 44,22                         | ТТК №301     |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                      | 40           | 3,16             | 0,40         | 19,32         | 94,00                         | ТТК №6       |                  |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                    | 60           | 3,66             | 0,72         | 23,94         | 118,20                        | ТТК №7       |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                         | <b>850</b>   | <b>27,04</b>     | <b>32,67</b> | <b>123,66</b> | <b>898,61</b>                 |              |                  |

Зав. производством \_\_\_\_\_

Согласовано

*Директор МОУ СШ № 105*

*О. А. Мельникова, 26.01.2026*



Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (полдники) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгограда

6 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда   | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|----------------------------------|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                  |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |             |                  |
| <b>Полдник</b>                   |              |                  |             |              |                               |             |                  |
| ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ВИШНЕЙ         | 100          | 6,46             | 6,40        | 61,98        | 332,66                        | ТТК №633    |                  |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоко) | 200          | 0,20             | 0,20        | 27,50        | 112,70                        | 342         | 2011             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>      | <b>300</b>   | <b>6,66</b>      | <b>6,60</b> | <b>89,48</b> | <b>445,36</b>                 |             |                  |

Зав. производством \_\_\_\_\_

Согласовано

Директор МОУ СШ № 105

С.А. Мельникова, 26.01.2016

Утверждено: ООО Виво Маркет

Гурина К.В.

26.01.2016

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (полдники) обучающимися с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет МОУ Волгограда

6 Вариант

| Прим пищи, наименование блюда   | Масса порции | Пищевые вещества |             |               | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---------------------------------|--------------|------------------|-------------|---------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                 |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г   |                               |             |                  |
| Подлник                         |              |                  |             |               |                               |             |                  |
| ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ВИШНЕЙ        | 150          | 8,79             | 8,49        | 85,95         | 456,90                        | ТТК №633    |                  |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблок) | 200          | 0,20             | 0,20        | 27,50         | 112,70                        | 342         | 2011             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>     | <b>350</b>   | <b>8,99</b>      | <b>8,69</b> | <b>113,45</b> | <b>569,60</b>                 |             |                  |

Зав. производством