

«Согласовано»

Директор МОУ

И.А. Иванова



«Утверждаю»

Директор ООО «Венера»

Иванова И.В.

## МЕНЮ

2026г.

| ЗАВТРАК для обучающихся<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-9</b>                                                                                                                             |            |             |             |                |                  |                              |               |
| Овощи по сезону (огурец свежий,<br>помидор свежий, капуста квашеная,<br>огурец соленый, помидор соленый,<br>свекла отварная, икра из свеклы) | 60         | 0,5         | 0,1         | 0,1            | 7,6              | ТТК<br>1,2,3,4,5             |               |
| Плов из птицы                                                                                                                                | 200        | 15,3        | 20,8        | 39,2           | 410,6            | 291/2011                     |               |
| Чай с сахаром                                                                                                                                | 200/15     | 0,1         | 0,0         | 17,3           | 59,3             | 376/2011                     |               |
| Хлеб пшеничный                                                                                                                               | 40         | 3,0         | 0,2         | 19,5           | 91,9             | ТТК № 6                      |               |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                                                                                                  | <b>515</b> | <b>18,9</b> | <b>21,1</b> | <b>76,1</b>    | <b>569,4</b>     |                              | <b>133,89</b> |
| <b>ЗАВТРАК для обучающихся<br/>возрастной группы 12-18 лет</b>                                                                               |            |             |             |                |                  |                              |               |
| Овощи по сезону (огурец свежий,<br>помидор свежий, капуста квашеная,<br>огурец соленый, помидор соленый,<br>свекла отварная, икра из свеклы) | 100        | 0,5         | 0,1         | 0,1            | 7,6              | ТТК<br>1,2,3,4,5             |               |
| Плов из птицы                                                                                                                                | 230        | 17,6        | 23,9        | 45,1           | 472,2            | 291/2011                     |               |
| Чай с сахаром                                                                                                                                | 200/15     | 0,1         | 0,0         | 17,3           | 59,3             | 376/2011                     |               |
| Хлеб пшеничный                                                                                                                               | 40         | 3,0         | 0,2         | 19,5           | 91,9             | ТТК № 6                      |               |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                                                                                                  | <b>585</b> | <b>21,2</b> | <b>24,2</b> | <b>82,0</b>    | <b>631</b>       |                              | <b>133,89</b> |

Зав. производством:

Экономист по ценам:

«Согласовано»

Директор МОУ

*Г. А. Золотова*  
*Золотова И.А.*



«Утверждаю»

Директор ООО «Венера»

Иванова И.В.



## МЕНЮ

на

2026г.

| ЗАВТРАК для обучающихся<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-9</b>                                                                                                                    |            |             |             |                |                  |                              |               |
| Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная, икра из свеклы) | 60         | 0,5         | 0,1         | 0,1            | 7,6              | ТТК<br>1,2,3,4,5             |               |
| Плов из птицы                                                                                                                       | 200        | 15,3        | 20,8        | 39,2           | 410,6            | 291/2011                     |               |
| Чай с сахаром                                                                                                                       | 200/15     | 0,1         | 0,0         | 17,3           | 59,3             | 376/2011                     |               |
| Хлеб пшеничный                                                                                                                      | 40         | 3,0         | 0,2         | 19,5           | 91,9             | ТТК № 6                      |               |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                                                                                         | <b>515</b> | <b>18,9</b> | <b>21,1</b> | <b>76,1</b>    | <b>569,4</b>     |                              |               |
| <b>Полдник</b>                                                                                                                      |            |             |             |                |                  |                              |               |
| Бутерброд с маслом                                                                                                                  | 20/5       | 1,4         | 4,7         | 9,2            | 84,4             | 1/2011                       |               |
| Фрукты свежие(яблоко)                                                                                                               | 100        | 0,4         | 0,4         | 9,5            | 45,6             | 338/2011                     |               |
| Чай с сахаром                                                                                                                       | 180        | 0,1         | 0,0         | 14,8           | 49,6             | 376/2011                     |               |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                                                                                         | <b>305</b> | <b>1,9</b>  | <b>5,1</b>  | <b>33,5</b>    | <b>180,0</b>     |                              |               |
| <b>Всего за день:</b>                                                                                                               |            | <b>20,8</b> | <b>26,2</b> | <b>109,3</b>   | <b>749,4</b>     |                              | <b>157,89</b> |
| <b>ЗАВТРАК для обучающихся<br/>возрастной группы 12-18 лет</b>                                                                      |            |             |             |                |                  |                              |               |
| Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная, икра из свеклы) | 100        | 0,5         | 0,1         | 0,1            | 7,6              | ТТК<br>1,2,3,4,5             |               |
| Плов из птицы                                                                                                                       | 230        | 17,6        | 23,9        | 45,1           | 472,2            | 291/2011                     |               |
| Чай с сахаром                                                                                                                       | 200/15     | 0,1         | 0,0         | 17,3           | 59,3             | 376/2011                     |               |
| Хлеб пшеничный                                                                                                                      | 40         | 3,0         | 0,2         | 19,5           | 91,9             | ТТК № 6                      |               |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                                                                                         | <b>585</b> | <b>21,2</b> | <b>24,2</b> | <b>82,0</b>    | <b>631</b>       |                              |               |
| <b>Полдник</b>                                                                                                                      |            |             |             |                |                  |                              |               |
| Бутерброд с маслом                                                                                                                  | 40/10      | 3,1         | 10,5        | 19,6           | 168,9            | 1/2011                       |               |
| Фрукты свежие(яблоко)                                                                                                               | 100        | 0,4         | 0,4         | 9,5            | 45,6             | 338/2011                     |               |
| Чай с сахаром                                                                                                                       | 200/15     | 0,1         | 0,0         | 17,3           | 59,3             | 376/2004                     |               |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                                                                                         | <b>365</b> | <b>3,6</b>  | <b>10,9</b> | <b>46,4</b>    | <b>273,8</b>     |                              |               |
| <b>Всего за день:</b>                                                                                                               |            | <b>24,8</b> | <b>35,1</b> | <b>128,4</b>   | <b>904,8</b>     |                              | <b>157,89</b> |

Зав. производством:

Экономист по ценам: