

Согласовано

директор МОУ СШ № 103

каши верна лш -



Утверждаю: ООО "Венера"

Иванова И.В.

2026 года

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

1 Вариант

| 1 вариант                      |              |                  |         |             |                               |             |                  |
|--------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|                                |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |                  |
| Полдник                        |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| СЛАДКАЯ БУЛОЧКА                | 100          | 7,84             | 10,09   | 56,42       | 348,11                        | ТТК №631    |                  |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА              | 200          | 0,10             | 0,00    | 28,20       | 110,30                        | 360         | 2011             |
| Итого за прием пищи:           | 300          | 7,94             | 10,09   | 84,62       | 458,41                        |             |                  |

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

**2 Вариант**

| 2 Вариант                      |              |                  |         |             |                               |             |                  |
|--------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|                                |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |                  |
| Полдник                        |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ   | 100          | 7,11             | 5,50    | 47,30       | 267,60                        | ТТК №632    |                  |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ     | 200          | 2,30             | 1,30    | 25,90       | 123,50                        | 692         | 2004             |
| Итого за прием пищи:           | 300          | 9,41             | 6,80    | 73,20       | 391,10                        |             |                  |

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

**3 Вариант**

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

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

**4 Вариант**

| 4 Вариант                      |              |                  |         |             |                               |             |                  |
|--------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|                                |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |                  |
| Полдник                        |              |                  |         |             |                               |             |                  |
|                                | 100          | 7,84             | 10,09   | 56,40       | 348,11                        | ТТК №634    |                  |
| ПЛЮШКА МОСКОВСКАЯ              | 200          | 0,10             | 0,00    | 28,20       | 110,30                        | 360         | 2011             |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА              | 300          | 7,94             | 10,09   | 84,60       | 458,41                        |             |                  |
| Итого за прием пищи:           |              |                  |         |             |                               |             |                  |

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

**5 Вариант**

| 5 Вариант                      |              |                  |         |             |                               |             |                  |
|--------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|                                |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |                  |
| Полдник                        |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ   | 100          | 7,11             | 5,50    | 47,30       | 267,60                        | ТТК №632    |                  |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ     | 200          | 2,30             | 1,30    | 25,90       | 123,50                        | 692         | 2004             |
| Итого за прием пищи:           | 300          | 9,41             | 6,80    | 73,20       | 391,10                        |             |                  |

**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**

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

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

**7 Вариант**

| 7 Вариант                      |              |                  |         |             |                               |             |                  |
|--------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|                                |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |                  |
| Полдник                        |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| СЛАДКАЯ БУЛОЧКА                | 100          | 7,84             | 10,09   | 56,42       | 348,11                        | ТТК №631    |                  |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА              | 200          | 0,10             | 0,00    | 28,20       | 110,30                        | 360         | 2011             |
| Итого за прием пищи:           | 300          | 7,94             | 10,09   | 84,62       | 458,41                        |             |                  |

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

**8 Вариант**

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|--------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |                  |
| Полдник                        |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ   | 100          | 7,11             | 5,50    | 47,30       | 267,60                        | ТТК №632    |                  |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА                | 200          | 0,50             | 0,10    | 27,40       | 112,60                        | 348         | 2011             |
| Итого за прием пищи:           | 300          | 7,61             | 5,60    | 74,70       | 380,20                        |             |                  |

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

**9 Вариант**

| 9 Вариант                      |              |                  |         |             |                               |             |                  |
|--------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|                                |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |                  |
| Полдник                        |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| ПЛОШКА МОСКОВСКАЯ              | 100          | 7,84             | 10,09   | 56,40       | 348,11                        | ТТК №634    |                  |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ     | 200          | 2,30             | 1,30    | 25,90       | 123,50                        | 692         | 2004             |
| Итого за прием пищи:           | 300          | 10,14            | 11,39   | 82,30       | 471,61                        |             |                  |

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

**10 Вариант**

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|--------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |                  |
| Полдник                        |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ВИШНЕЙ       | 100          | 6,46             | 6,40    | 61,98       | 332,66                        | ТТК №633    |                  |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА              | 200          | 0,10             | 0,00    | 28,20       | 110,30                        | 360         | 2011             |
| Итого за прием пищи:           | 300          | 6,56             | 6,40    | 90,18       | 442,96                        |             |                  |

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

**11 Вариант**

| 11 вариант                     |              |                  |         |             |                               |             |                  |
|--------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|                                |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |                  |
| Полдник                        |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ   | 100          | 7,11             | 5,50    | 47,30       | 267,60                        | ТТК №632    |                  |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА                | 200          | 0,50             | 0,10    | 27,40       | 112,60                        | 348         | 2011             |
| Итого за прием пищи:           | 300          | 7,61             | 5,60    | 74,70       | 380,20                        |             |                  |

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

**12 Вариант**

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|--------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |                  |
| Полдник                        |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| ПЛОШКА МОСКОВСКАЯ              | 100          | 7,84             | 10,09   | 56,40       | 348,11                        | ТТК №634    |                  |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ     | 200          | 2,30             | 1,30    | 25,90       | 123,50                        | 692         | 2004             |
| Итого за прием пищи:           | 300          | 10,14            | 11,39   | 82,30       | 471,61                        |             |                  |