

«Согласовано»

Директор МОУ



МЕНЮ

на

02.09.

2026г.

ОБЕД для обучающихся возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорий ность	№ по сборнику рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-3							
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	60	0,5	0,1	1	7,6	ТТК № 1,2,3,4,5	
Суп из овощей	200	1,5	3,0	8,9	78,3	99/2011	
Котлета рыбная	90	13,0	12,8	9,8	166,0	234/2011	
Картофельное пюре	150	3,0	9,0	18,0	172,0	128/2011	
Компот из свежих плодов №631	200	0,2	0,2	27,1	111,1	631/2004	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6	
Хлеб пеклеванный	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	780	23,7	25,7	100,8	706,1		
Полдник							
Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	45,6	338/2011	
Сок фруктовый	200	1,1	0,2	19,5	83,4	707/2004	
Итого за прием пищи:	300	1,5	0,6	29,0	129,0		
Всего за день:		25,2	26,3	129,8	835,1		157,89
ОБЕД для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-3							
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	100	0,8	0,2	1,7	12,7	ТТК № 1,2,3,4,5	
Суп из овощей	250	1,9	3,8	11,1	85,4	99/2011	
Котлета рыбная	100	14,4	14,2	10,9	184,4	234/2011	
Картофельное пюре	180	4,7	4,7	47,3	237,4	128/2011	
Компот из свежих плодов №631	200	0,2	0,2	27,1	111,1	631/2004	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6	

Хлеб пеклеванный	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	910	28,9	24,2	145,2	851,4		
Полдник							
Фрукты свежие (яблоко)	150	0,6	0,6	14,2	68,4	338/201 1	
Сок фруктовый	200	1,1	0,2	19,5	83,4	707/2004	
Итого за прием пищи:	350	1,7	0,8	33,7	151,8		157,89
Всего за день:		30,6	25,0	178,9	1003,2		

Зав. производством:



Экономист по ценам:

