



«Согласовано»

Директор МОУ № 1

«ГСШ»

В.И.Иванов

«Утверждаю»

Директор ООО «Славия»

Оноприенко Ю.М.



## МЕНЮ на 19 января 2026г.

| ЗАВТРАКИ для обучающихся с<br>ОВЗ 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>  |            |             |             |                |                  |                              |               |
| Каша вязкая молочная из риса и<br>пшеница Дружба №175                     | 200        | 5,0         | 10,1        | 30,5           | 260,8            | 175/2011                     |               |
| Бутерброд с маслом и сыром №3   | 60/10/10   | 8,3         | 12,4        | 34,3           | 255,0            | 3/2004                       |               |
| Чай с сахаром и лимоном № 377   | 200/15/5   | 0,2         | 0,0         | 15,0           | 61,6             | 377/2011                     |               |
| <b>Итого за прием пищи:</b>   | <b>500</b> | <b>13,5</b> | <b>22,5</b> | <b>79,8</b>    | <b>577,4</b>     |                              |               |
| <b>Полдник</b>  |            |             |             |                |                  |                              |               |
| Кондитерские изделия (печенье,<br>вафли)                                  | 20         | 1,6         | 2,0         | 14,4           | 80,8             |                              |               |
| Чай с молоком №378  | 180        | 1,5         | 1,1         | 15,6           | 78,0             | 378/2011                     |               |
| Фрукты свежие (яблоко) №338   | 100        | 0,4         | 0,4         | 9,5            | 45,6             | 338/2011                     |               |
| <b>Итого за прием пищи:</b>   | <b>300</b> | <b>3,5</b>  | <b>3,5</b>  | <b>39,5</b>    | <b>204,4</b>     |                              |               |
| <b>Всего за день:</b>   |            | <b>17,0</b> | <b>26,0</b> | <b>119,3</b>   | <b>781,8</b>     |                              | <b>175-10</b> |
| <b>ЗАВТРАКИ для обучающихся с<br/>ОВЗ возрастной группы<br/>12-18 лет</b> |            |             |             |                |                  |                              |               |
| <b>ВАРИАНТ-7</b>  |            |             |             |                |                  |                              |               |
| <b>Завтрак 1</b>  |            |             |             |                |                  |                              |               |
| Каша вязкая молочная из риса и<br>пшеница Дружба №175                     | 250        | 6,3         | 12,6        | 38,1           | 326,0            | 175/2011                     |               |
| Бутерброд с маслом и сыром № 3  | 60/10/10   | 8,3         | 12,4        | 34,3           | 255,0            | 3/2004                       |               |
| Чай с сахаром и лимоном № 377   | 200/15/5   | 0,2         | 0,0         | 15,0           | 61,6             | 377/2011                     |               |
| <b>Итого за прием пищи:</b>   | <b>550</b> | <b>14,8</b> | <b>25,0</b> | <b>87,4</b>    | <b>642,6</b>     |                              |               |
| <b>Полдник</b>  |            |             |             |                |                  |                              |               |
| Кондитерские изделия (печенье,<br>вафли)                                  | 50         | 4,0         | 5,0         | 36,0           | 202,0            |                              |               |
| Фрукты свежие (яблоко) №338   | 100        | 0,4         | 0,4         | 9,5            | 45,6             | 338/2011                     |               |
| Чай с молоком №378  | 200        | 1,7         | 1,9         | 17,3           | 87,0             | 378/2011                     |               |
| <b>Итого за прием пищи:</b>   | <b>350</b> | <b>6,1</b>  | <b>7,3</b>  | <b>62,8</b>    | <b>334,6</b>     |                              |               |
|   |            | <b>20,8</b> | <b>32,3</b> | <b>150,2</b>   | <b>977,2</b>     |                              | <b>175-</b>   |

Зав. производством:

Экономист по ценам:





«Согласовано»

Директор МОУ ГСШ №1

Сосновский А.А.

«Утверждаю»

Директор ООО «Славия»

Оноприенко Ю.М.



## МЕНЮ

на 19 января 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-7</b>   |            |             |             |                |                  |                              |               |
| Каша вязкая молочная из риса и<br>пшеницы Дружба №175          | 200        | 5,0         | 10,1        | 30,5           | 260,8            | 175/2011                     |               |
| Бутерброд с маслом и сыром № 3                                 | 60/10/10   | 8,3         | 12,4        | 34,3           | 255,0            | 3/2004                       |               |
| Чай с сахаром и лимоном №<br>377                               | 200/15/5   | 0,2         | 0,0         | 15,0           | 61,6             | 377/2011                     |               |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                    | <b>500</b> | <b>13,5</b> | <b>22,5</b> | <b>79,8</b>    | <b>577,4</b>     |                              | <b>139-10</b> |
| <b>ЗАВТРАК для обучающихся<br/>возрастной группы 12-18 лет</b> |            |             |             |                |                  |                              |               |
| <b>ВАРИАНТ-7</b>   |            |             |             |                |                  |                              |               |
| Каша вязкая молочная из риса и<br>пшеницы Дружба №175          | 250        | 6,3         | 12,6        | 38,1           | 326,0            | 175/2011                     |               |
| Бутерброд с маслом и сыром № 3                                 | 60/10/10   | 8,3         | 12,4        | 34,3           | 255,0            | 3/2004                       |               |
| Чай с сахаром и лимоном №<br>377                               | 200/15/5   | 0,2         | 0,0         | 15,0           | 61,6             | 377/2004                     |               |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                    | <b>550</b> | <b>14,8</b> | <b>25,0</b> | <b>87,4</b>    | <b>642,6</b>     |                              | <b>139-10</b> |
|  |            |             |             |                |                  |                              |               |
|  |            |             |             |                |                  |                              |               |

Зав. производством:

Экономист по ценам:





МЕНЮ

на 19 января 2026г.

| ОБЕД для обучающихся возрастной группы 7-11 лет   | Выход<br>г | Белки,<br>г | Жиры,<br>г  | Углевод<br>ы,<br>г | Калорий<br>ность | № по<br>сборнику<br>рецептур | Цена<br>руб   |
|---|------------|-------------|-------------|--------------------|------------------|------------------------------|---------------|
| <b>ВАРИАНТ-7</b>  |            |             |             |                    |                  |                              |               |
| Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная) | 60         | 0,5         | 0,1         | 1,0                | 7,6              | ТТК № 1,2,3,4,5              |               |
| Суп из овощей №135  | 200        | 0,6         | 2,2         | 6,2                | 68,3             | 135/2004                     |               |
| Котлета рубленая из птицы №294  | 90         | 14,6        | 18,7        | 13,6               | 223,0            | 294/2011                     |               |
| Макаронные изделия отварные №203  | 150        | 5,5         | 5,7         | 33,3               | 206,4            | 203/2011                     |               |
| Компот из свежих плодов № 631   | 200        | 0,2         | 0,2         | 27,1               | 111,1            | 631/2011                     |               |
| Хлеб пшеничный  | 40         | 3,0         | 0,2         | 19,5               | 91,1             | ТТК № 6                      |               |
| Хлеб пеклеванный  | 40         | 2,5         | 0,4         | 16,5               | 79,2             | ТТК № 7                      |               |
| <b>Итого за прием пищи:</b>   | <b>780</b> | <b>26,9</b> | <b>27,5</b> | <b>117,2</b>       | <b>786,7</b>     |                              | <b>139,10</b> |
| <b>ОБЕД для обучающихся 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) | 100        | 0,8         | 0,2         | 1,7                | 12,7             | ТТК № 1,2,3,4,5              |               |
| Суп из овощей №135  | 250        | 1,5         | 3,5         | 11,1               | 85,4             | 135/2004                     |               |
| Котлета рубленая из птицы №294  | 100        | 16,2        | 20,8        | 15,1               | 247,8            | 294/2011                     |               |
| Макаронные изделия отварные №203  | 180        | 6,5         | 6,8         | 28,2               | 247,7            | 203/2011                     |               |
| Компот из свежих плодов № 631   | 200        | 0,2         | 0,2         | 27,1               | 111,1            | 631/2011                     |               |
| Хлеб пшеничный  | 50         | 3,7         | 0,3         | 24,3               | 114,8            | ТТК № 6                      |               |
| Хлеб пеклеванный  | 40         | 2,5         | 0,4         | 16,5               | 79,2             | ТТК № 7                      |               |
| <b>Итого за прием пищи:</b>   | <b>920</b> | <b>31,4</b> | <b>32,2</b> | <b>124,0</b>       | <b>898,7</b>     |                              | <b>139,</b>   |
|   |            |             |             |                    |                  |                              |               |
|   |            |             |             |                    |                  |                              |               |
|   |            |             |             |                    |                  |                              |               |
|   |            |             |             |                    |                  |                              |               |
|   |            |             |             |                    |                  |                              |               |

Зав. производством:

Экономист по ценам:





# **МЕНЮ** **на 19 января 2026г.**

| ОБЕД(ПОЛДНИК) для обучающихся с<br>ОВЗ возрастной группы 7-11 лет<br><b>ВАРИАНТ-7</b>                               | Выход<br>г | Белки,<br>г | Жиры,<br>г  | Углеводы,<br>г | Калор<br>ийнос<br>ть | № по<br>сборн<br>ику<br>рецеп<br>тур | Цена<br>руб   |
|---|------------|-------------|-------------|----------------|----------------------|--------------------------------------|---------------|
| <b>Обед</b>   |            |             |             |                |                      |                                      |               |
| Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная) | 60         | 0,5         | 0,1         | 1,0            | 7,6                  | ТТК № 1,2,3,4,5                      |               |
| Суп из овощей №135  | 200        | 0,6         | 2,2         | 6,2            | 68,3                 | 135/2004                             |               |
| Котлета рубленая из птицы №294  | 90         | 14,6        | 18,7        | 13,6           | 223,0                | 294/2011                             |               |
| Макаронные изделия отварные №203  | 150        | 5,5         | 5,7         | 33,3           | 206,4                | 203/2011                             |               |
| Компот из свежих плодов № 631   | 200        | 0,2         | 0,2         | 27,1           | 111,1                | 631/2011                             |               |
| Хлеб пшеничный  | 40         | 3,0         | 0,2         | 19,5           | 91,1                 | ТТК № 6                              |               |
| Хлеб пеклеванный  | 40         | 2,5         | 0,4         | 16,5           | 79,2                 | ТТК № 7                              |               |
| <b>Итого за прием пищи:</b>   | <b>780</b> | <b>26,9</b> | <b>27,5</b> | <b>117,2</b>   | <b>786,7</b>         |                                      |               |
| <b>Полдник</b>  |            |             |             |                |                      |                                      |               |
| Кондитерские изделия (печенье, вафли)   | 20         | 1,6         | 2,0         | 14,4           | 80,8                 |                                      |               |
| Чай с молоком №378  | 180        | 1,5         | 1,1         | 15,6           | 78,0                 | 378/2011                             |               |
| Фрукты свежие (яблоко) №338   | 100        | 0,4         | 0,4         | 9,5            | 45,6                 | 338/2011                             |               |
| <b>Итого за прием пищи:</b>   | <b>300</b> | <b>3,5</b>  | <b>3,5</b>  | <b>39,5</b>    | <b>204,4</b>         |                                      | <b>175-10</b> |
| <b>Всего за день:</b>   |            | <b>30,4</b> | <b>31,0</b> | <b>156,7</b>   | <b>991,1</b>         |                                      |               |
| <b>ОБЕД(ПОЛДНИК) для обучающихся с<br/>ОВЗ возрастной группы 12-18 лет<br/><b>ВАРИАНТ-7</b></b>                     |            |             |             |                |                      |                                      |               |
| <b>Обед</b>   |            |             |             |                |                      |                                      |               |
| 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 №135  | 250        | 1,5         | 3,5         | 11,1           | 85,4                 | 135/2004                             |               |
| Котлета рубленая из птицы №294  | 100        | 16,2        | 20,8        | 15,1           | 247,8                | 294/2011                             |               |
| Макаронные изделия отварные №203  | 180        | 6,5         | 6,8         | 28,2           | 247,7                | 203/2011                             |               |
| Компот из свежих плодов № 631   | 200        | 0,2         | 0,2         | 27,1           | 111,1                | 631/2011                             |               |
| Хлеб пшеничный  | 50         | 3,7         | 0,3         | 24,3           | 114,8                | ТТК № 6                              |               |
| Хлеб пеклеванный  | 40         | 2,5         | 0,4         | 16,5           | 79,2                 | ТТК № 7                              |               |
| <b>Итого за прием пищи:</b>   | <b>920</b> | <b>31,4</b> | <b>32,2</b> | <b>124,0</b>   | <b>898,7</b>         |                                      |               |
| <b>Полдник</b>  |            |             |             |                |                      |                                      |               |
| Кондитерские изделия (печенье, вафли)   | 50         | 4,0         | 5,0         | 36,0           | 202,0                |                                      |               |
| Чай с молоком №378  | 100        | 0,4         | 0,4         | 9,5            | 45,6                 | 338/2011                             |               |
| Фрукты свежие (яблоко) №338   | 200        | 1,6         | 1,2         | 17,3           | 86,6                 | 378/2011                             |               |
| <b>Итого за прием пищи:</b>   | <b>350</b> | <b>6,0</b>  | <b>6,6</b>  | <b>62,8</b>    | <b>334,2</b>         |                                      | <b>175-10</b> |
| <b>Всего за день:</b>   |            | <b>37,4</b> | <b>38,8</b> | <b>186,8</b>   | <b>1 232,9</b>       |                                      |               |

Зав. производством:

Экономист по ценам: