



«Согласовано»

Директор МОУ ГСШ № 10  
Софчиков АА  
Июль

«Утверждаю»

Директор ООО «Славия»

Оноприенко Ю.М.



МЕНЮ  
на 29 января 2026г.

| ЗАВТРАКИ для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 7-11 лет  | Выход г    | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Калорийность | № по сборнику рецептур | Цена руб      |
|--|------------|-------------|-------------|--------------|--------------|------------------------|---------------|
| <b>ВАРИАНТ-4</b>   |            |             |             |              |              |                        |               |
| <b>Завтрак 1</b>   |            |             |             |              |              |                        |               |
| Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, свекла отварная) | 60         | 0,5         | 0,1         | 0,1          | 7,6          | ТТК № 1,2,3,4,5        |               |
| Плов из птицы № 291  | 200        | 15,3        | 20,8        | 39,2         | 410,6        | 291/2011               |               |
| Чай с сахаром № 376  | 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 №1  | 20/5       | 1,4         | 4,7         | 9,2          | 84,4         | 1/2011                 |               |
| Фрукты свежие (яблоко) №338  | 100        | 0,4         | 0,4         | 9,5          | 45,6         | 338/2011               |               |
| Чай с сахаром и лимоном №377   | 180        | 0,2         | 0,0         | 13,5         | 55,4         | 377/2011               |               |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>305</b> | <b>2,0</b>  | <b>5,1</b>  | <b>32,2</b>  | <b>185,4</b> |                        |               |
| <b>Всего за день:</b>  |            | <b>20,9</b> | <b>26,2</b> | <b>108,3</b> | <b>754,8</b> |                        | <b>175-10</b> |
| <b>ЗАВТРАКИ для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет</b>                                  |            |             |             |              |              |                        |               |
| <b>ВАРИАНТ-4</b>   |            |             |             |              |              |                        |               |
| <b>Завтрак 1</b>   |            |             |             |              |              |                        |               |
| Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, свекла отварная) | 100        | 0,8         | 0,1         | 0,1          | 7,6          | ТТК № 1,2,3,4,5        |               |
| Плов из птицы № 291  | 230        | 17,6        | 23,9        | 45,1         | 472,2        | 291/2011               |               |
| Чай с сахаром №376   | 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>21,5</b> | <b>24,2</b> | <b>82,0</b>  | <b>631,0</b> |                        |               |
| <b>Полдник</b>   |            |             |             |              |              |                        |               |
| Бутерброд с маслом №1  | 30/10      | 2,3         | 7,5         | 14,7         | 135,0        | 1/2011                 |               |
| Фрукты свежие (яблоко) №338  | 100        | 0,4         | 0,4         | 9,5          | 45,6         | 338/2011               |               |
| Чай с сахаром и лимоном № 377  | 200/15/5   | 0,3         | 0,0         | 15,2         | 60,0         | 377/2011               |               |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>360</b> | <b>3,0</b>  | <b>7,9</b>  | <b>39,4</b>  | <b>240,6</b> |                        |               |
| <b>Всего за день:</b>  |            | <b>24,5</b> | <b>32,1</b> | <b>121,4</b> | <b>871,6</b> |                        | <b>175-1</b>  |

Зав. производством:

Экономист по ценам:



«Согласовано»

Директор МОУ РСШР № 1



Директор ООО «Славия»

Оноприенко Ю.М.

## МЕНЮ

на 29 января 2026г.

| ОБЕД для обучающихся возрастной группы 7-11 лет   | Выход г    | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Калорийность | № по сборнику рецептур | Цена руб |
|---|------------|-------------|-------------|--------------|--------------|------------------------|----------|
| <b>ВАРИАНТ-4</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        |          |
| Щи из свежей капусты с картофелем №88   | 200        | 1,5         | 2,1         | 5,4          | 72,2         | 88/2011                |          |
| Гуляш из филе птицы №337  | 90         | 11,4        | 18,9        | 0,4          | 194,0        | 337/2004               |          |
| Макаронные изделия отварные №203  | 150        | 5,5         | 5,7         | 28,1         | 206,4        | 203/2011               |          |
| Компот из смеси сухофруктов №349  | 200        | 0,4         | 0,0         | 30,8         | 126,5        | 349/2011               |          |
| 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                | 139-10   |
| <b>Итого за прием пищи:</b>   | <b>790</b> | <b>25,5</b> | <b>27,5</b> | <b>106,5</b> | <b>800,7</b> |                        |          |
| <b>ОБЕД для обучающихся возрастной группы 12-18 лет</b>   |            |             |             |              |              |                        |          |
| <b>ВАРИАНТ-4</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        |          |
| Щи из свежей капусты с картофелем №88   | 250        | 1,9         | 3,1         | 7,5          | 90,3         | 88/2011                |          |
| Гуляш из филе птицы №337  | 100        | 13,8        | 20,7        | 1,2          | 200,0        | 337/2004               |          |
| Макаронные изделия отварные №203  | 180        | 6,5         | 6,8         | 33,1         | 247,7        | 203/2011               |          |
| Компот из смеси сухофруктов №349  | 200        | 0,4         | 0,0         | 30,8         | 126,5        | 349/2011               |          |
| 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                | 139-10   |
| <b>Итого за прием пищи:</b>   | <b>920</b> | <b>29,6</b> | <b>31,5</b> | <b>115,1</b> | <b>871,2</b> |                        |          |

### Зав. производством:

### Экономист по ценам:



«Согласовано»

Директор МОУ № 1  
Сергейков Ф.Н.



## МЕНЮ

на 29 января 2026г.

| ОБЕД(ПОЛДНИК) для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 7-11 лет<br>ВАРИАНТ-4          | Выход г    | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Калорийность   | № по сборнику редкого | Цена руб      |
|--|------------|-------------|-------------|--------------|----------------|-----------------------|---------------|
| <b>Обед</b>  |            |             |             |              |                |                       |               |
| Овощи по сезону  | 60         | 0,5         | 0,1         | 1,0          | 7,6            | ТТК № 1,2,3,4,5       |               |
| Щи из свежей капусты с картофелем №88  | 200        | 1,5         | 2,1         | 5,4          | 72,2           | 88/2011               |               |
| Гуляш из филе птицы №337   | 90         | 11,4        | 18,9        | 0,4          | 194,0          | 337/2004              |               |
| Макаронные изделия отварные №203   | 150        | 5,5         | 5,7         | 28,1         | 206,4          | 203/2011              |               |
| Компот из смеси сухофруктов №349.  | 200        | 0,4         | 0,0         | 30,8         | 126,5          | 349/2011              |               |
| 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>790</b> | <b>25,5</b> | <b>27,5</b> | <b>106,5</b> | <b>800,7</b>   |                       |               |
| <b>Полдник</b>   |            |             |             |              |                |                       |               |
| Бутерброд с маслом №1  | 20/5       | 1,4         | 4,7         | 9,2          | 84,4           | 1/2011                |               |
| Фрукты свежие (яблоко) №338  | 100        | 0,4         | 0,4         | 9,5          | 45,6           | 338                   |               |
| Чай с сахаром и лимоном №377   | 180        | 0,2         | 0,0         | 13,5         | 55,4           | 377/2011              |               |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>305</b> | <b>2,0</b>  | <b>5,1</b>  | <b>32,2</b>  | <b>185,4</b>   |                       |               |
| <b>Всего за день:</b>  |            | <b>27,5</b> | <b>32,6</b> | <b>138,7</b> | <b>986,1</b>   |                       | <b>175-10</b> |
| <b>ОБЕД(ПОЛДНИК) для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет<br/>ВАРИАНТ-4</b> |            |             |             |              |                |                       |               |
| <b>Обед</b>  |            |             |             |              |                |                       |               |
| Овощи по сезону  | 100        | 0,8         | 0,2         | 1,7          | 12,7           | ТТК № 1,2,3,4,5       |               |
| Щи из свежей капусты с картофелем №88  | 250        | 1,9         | 3,1         | 7,5          | 90,3           | 88/2011               |               |
| Гуляш из филе птицы №337   | 100        | 13,8        | 20,7        | 1,2          | 200,0          | 337/2011              |               |
| Макаронные изделия отварные №203   | 180        | 6,5         | 6,8         | 33,1         | 247,7          | 203/2011              |               |
| Компот из смеси сухофруктов №349   | 200        | 0,4         | 0,0         | 30,8         | 126,5          | 349/2011              |               |
| 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>29,6</b> | <b>31,5</b> | <b>115,1</b> | <b>871,2</b>   |                       |               |
| <b>Полдник</b>   |            |             |             |              |                |                       |               |
| Бутерброд с маслом №1  | 30/10      | 2,3         | 7,5         | 14,7         | 135,0          | 1/2011                |               |
| Фрукты свежие (яблоко) №338  | 100        | 0,4         | 0,4         | 9,5          | 45,6           | 338/2011              |               |
| Чай с сахаром и лимоном №377   | 200/15/7   | 0,3         | 0,0         | 15,2         | 60,0           | 377/2011              |               |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>362</b> | <b>3,0</b>  | <b>7,9</b>  | <b>39,4</b>  | <b>240,6</b>   |                       | <b>175-10</b> |
| <b>Всего за день:</b>  |            | <b>32,6</b> | <b>39,4</b> | <b>154,5</b> | <b>1 111,8</b> |                       |               |

Зав. производством:

Экономист по ценам:



«Утверждаю»  
Директор ООО «Славия»  
Онооприенко Ю.М.



## МЕНЮ

на 29 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-4</b>  |            |             |             |                |                   |                              |               |
| Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, помидор соленый, огурец соленый, свекла отварная) | 60         | 0,5         | 0,1         | 0,1            | 7,6               | ТТК №<br>1,2,3,4,5           |               |
| Плов из птицы № 291   | 200        | 15,3        | 20,8        | 39,2           | 410,6             | 291/2011                     |               |
| Чай с сахаром № 376   | 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>139-10</b> |
| <b>ЗАВТРАК для обучающихся<br/>возрастной группы 12-18 лет</b>  |            |             |             |                |                   |                              |               |
| <b>ВАРИАНТ-4</b>  |            |             |             |                |                   |                              |               |
| Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, помидор соленый, огурец соленый, свекла отварная) | 100        | 0,5         | 0,1         | 0,1            | 7,6               | ТТК №<br>1,2,3,4,5           |               |
| Плов из птицы № 291   | 230        | 17,6        | 23,9        | 45,1           | 472,2             | 291/2011                     |               |
| Чай с сахаром № 376   | 200/15     | 0,1         | 0,0         | 17,3           | 59,3              | 376/2004                     |               |
| 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>631,0</b>      |                              | <b>139-10</b> |

Зав. производством:

Экономист по ценам: