



## МЕНЮ

на 12 января 2026г.

| ОБЕД для обучающихся возрастной группы 7-11 лет                                                                     | Выход<br>г | Белки,<br>г | Жиры,<br>г  | Углевод<br>ы,<br>г | Калорийн<br>ость | № по<br>сборнику<br>рецептур | Цена<br>руб   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-------------|-------------|--------------------|------------------|------------------------------|---------------|
| <b>ВАРИАНТ-1</b>                                                                                                    |            |             |             |                    |                  |                              |               |
| Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная) | 60         | 1,3         | 0,4         | 7,7                | 37,0             | ТТК № 1,2,3,4,5              |               |
| Щи из свежей капусты с картофелем №88                                                                               | 200        | 1,5         | 4,0         | 5,4                | 72,2             | 88/2011                      |               |
| Фрикадельки из птицы с соусом № 297/593                                                                             | 90/30      | 15,0        | 12,8        | 8,0                | 191,4            | 297/593<br>2011/2004         |               |
| Рис отварной с овощами №180                                                                                         | 150        | 3,1         | 5,9         | 29,8               | 178,2            | 180/2016                     |               |
| Компот из смеси сухофруктов №349                                                                                    | 200        | 0,4         | 0,0         | 30,8               | 126,5            | 349/2011                     |               |
| 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                      |               |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                                                                         | <b>810</b> | <b>26,8</b> | <b>23,7</b> | <b>117,7</b>       | <b>776,4</b>     |                              | <b>139-10</b> |
| <b>ОБЕД для обучающихся возрастной группы 12-18 лет</b>                                                             |            |             |             |                    |                  |                              |               |
| <b>ВАРИАНТ-1</b>                                                                                                    |            |             |             |                    |                  |                              |               |
| Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная) | 100        | 2,2         | 0,7         | 12,8               | 62,0             | ТТК № 1,2,3,4,5              |               |
| Щи из свежей капусты с картофелем №88                                                                               | 250        | 1,9         | 6,5         | 7,5                | 90,3             | 88/2011                      |               |
| Фрикадельки из птицы с соусом № 297/593                                                                             | 100/30     | 16,5        | 14,8        | 8,9                | 212,7            | 297/593<br>2011/2004         |               |
| Рис отварной с овощами № 180                                                                                        | 180        | 4,3         | 5,0         | 31,8               | 213,8            | 180/2016                     |               |
| 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>950</b> | <b>31,5</b> | <b>27,7</b> | <b>132,6</b>       | <b>899,3</b>     |                              | <b>139-10</b> |

Зав. производством:

Экономист по ценам: