

Согласовано

*Ломош*

Утверждаю: ООО Виво Маркет

Тюрин К.В.

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ г.Волгограда

05.03.2026

10 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |              |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|--------------------------------|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |             |                  |
| Завтрак                        |              |                  |              |              |                               |             |                  |
| КОТЛЕТА РЫБНАЯ (мингай)        | 90           | 10,70            | 9,18         | 12,64        | 175,98                        | ТТК №77     |                  |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ    | 150          | 5,56             | 2,91         | 25,87        | 151,91                        | ТТК №129    |                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ                  | 200          | 0,10             | 0,03         | 10,67        | 42,57                         | ТТК №302    |                  |
| СОК/НЕКТАР В АССОРТИМЕНТЕ      | 200          | 0,97             | 0,19         | 19,59        | 83,42                         | ТТК №343    |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                 | 20           | 1,58             | 0,20         | 9,66         | 47,30                         | ТТК №6      |                  |
| ПЕЧЕНЬЕ                        | 20           | 1,16             | 3,69         | 8,38         | 71,37                         | ТТК №473    |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>    | <b>680</b>   | <b>20,07</b>     | <b>16,20</b> | <b>86,81</b> | <b>572,55</b>                 |             |                  |

Зав. производством

*af -*

Согласовано



Утверждаю: ООО Виво Маркет

Тюриня К.В.



Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеда) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ г.Волгограда

05.03.2026

10 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда        | Масса порции | Пищевые вещества |              |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---------------------------------------|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                       |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |             |                  |
| Обед                                  |              |                  |              |              |                               |             |                  |
| СВЕКЛА ОТВАРНАЯ                       | 60           | 0,87             | 0,06         | 5,12         | 24,44                         | ТТК №5      |                  |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ     | 200          | 2,55             | 7,92         | 10,45        | 123,28                        | ТТК №47     |                  |
| ПЕЛЬМЕНИ ОТВАРНЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 200          | 15,36            | 17,89        | 52,13        | 430,97                        | ТТК №116    |                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ                 | 200          | 0,01             | 0,00         | 10,71        | 42,81                         | ТТК №241    |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                        | 20           | 1,58             | 0,20         | 9,66         | 47,30                         | ТТК №6      |                  |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                      | 30           | 1,78             | 0,35         | 11,61        | 57,33                         | ТТК №7      |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>           | <b>710</b>   | <b>22,15</b>     | <b>26,42</b> | <b>99,68</b> | <b>726,13</b>                 |             |                  |

Зав. производством



Согласовано



Утверждаю: ООО Виво Маркет  
Гюрина К.В.

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

05.03.2026

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             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>    | <b>300</b>   | <b>6,56</b>      | <b>6,40</b> | <b>90,18</b> | <b>442,96</b>                 |             |                  |

Зав. производством \_\_\_\_\_

Согласовано



Утверждаю: ООО Виво Маркет

Тюринна К.В.

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ г.Волгограда

05.03.2026

10 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |              |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|--------------------------------|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |             |                  |
| Завтрак                        |              |                  |              |              |                               |             |                  |
| КОТЛЕТА РЫБНАЯ (минтай)        | 100          | 11,89            | 10,93        | 14,04        | 202,09                        | ТТК №77     |                  |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ    | 180          | 6,67             | 3,76         | 32,65        | 191,12                        | ТТК №129    |                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ                  | 200          | 0,10             | 0,03         | 10,67        | 42,57                         | ТТК №302    |                  |
| СОК/НЕКТАР В АССОРТИМЕНТЕ      | 200          | 0,97             | 0,19         | 19,59        | 83,42                         | ТТК №343    |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                 | 20           | 1,58             | 0,20         | 9,66         | 47,30                         | ТТК №6      |                  |
| ПЕЧЕНЬЕ                        | 20           | 1,16             | 3,69         | 8,38         | 71,37                         | ТТК №473    |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>    | <b>720</b>   | <b>22,37</b>     | <b>18,80</b> | <b>94,99</b> | <b>637,87</b>                 |             |                  |

Зав. производством



Согласовано



Утверждаю: ООО Виво Маркет

Тюрина К.В.

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеда) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ г.Волгограда

05.03.2026

10 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда        | Масса порции | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|---------------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
|                                       |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г   |                                  |              |                     |
| Обед                                  |              |                  |              |               |                                  |              |                     |
| СВЕКЛА ОТВАРНАЯ                       | 100          | 1,46             | 0,10         | 8,54          | 40,90                            | ТТК №5       |                     |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ     | 250          | 3,92             | 9,89         | 13,28         | 157,81                           | ТТК №47      |                     |
| ПЕЛЬМЕНИ ОТВАРНЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 250          | 19,26            | 22,46        | 65,16         | 539,82                           | ТТК №116     |                     |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ                 | 200          | 0,01             | 0,00         | 10,71         | 42,81                            | ТТК №241     |                     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                        | 20           | 1,58             | 0,20         | 9,66          | 47,30                            | ТТК №6       |                     |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ                       | 30           | 1,78             | 0,35         | 11,61         | 57,33                            | ТТК №7       |                     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>           | <b>850</b>   | <b>28,01</b>     | <b>33,00</b> | <b>118,96</b> | <b>885,97</b>                    |              |                     |

Зав. производством



Согласовано

*Слонова*



Утверждаю: ООО Виво Маркет  
Тюнина К.В.

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (полдники) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет МОУ Волгограда

05.03.2026

10 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |             |               | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|--------------------------------|--------------|------------------|-------------|---------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г   |                               |             |                  |
| Полдник                        |              |                  |             |               |                               |             |                  |
| ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ВИШНЕЙ       | 150          | 8,79             | 8,49        | 85,95         | 456,90                        | ТТК №633    |                  |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА              | 200          | 0,10             | 0,00        | 28,20         | 110,30                        | 360         | 2011             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>    | <b>350</b>   | <b>8,89</b>      | <b>8,49</b> | <b>114,15</b> | <b>567,20</b>                 |             |                  |

Зав. производством

*Слонова*