

МОУ "Восеминская СШ имени Героя
Волжского Союза И. Ф. Бибешева"



№
(Е.М. Козмина)



МЕНЮ на 01 октября 2026г.

ЗАВТРАКИ для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 7-11 лет

	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорий ность	№ по сборнику рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-4							
Завтрак 1							
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 № 1,2,3,4,5	
Плов из птицы	200	15,3	20,8	39,2	410,6	291/2011	
Чай с сахаром	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	
Итого за прием пищи:	515	18,9	21,1	76,1	569,4		
Полдник							
Бутерброд с маслом	20/5	1,4	4,7	9,2	84,4	1/2011	
Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	45,6	338/2011	
Чай с сахаром и лимоном	180	0,2	0,0	13,5	55,4	377/2011	
Итого за прием пищи:	305	2,0	5,1	32,2	185,4		
Всего за день:		20,9	26,2	108,3	754,8		175-10

ЗАВТРАКИ для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет

ВАРИАНТ-4							
Завтрак 1							
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 № 1,2,3,4,5	
Плов из птицы	230	17,6	23,9	45,1	472,2	291/2011	
Чай с сахаром	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	
Итого за прием пищи:	585	21,2	24,2	82,0	631,0		
Полдник							
Бутерброд с маслом	30/10	2,3	7,5	14,7	135,0	1/2011	
Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	45,6	338/2011	
Чай с сахаром и лимоном	200/15/5	0,3	0,0	15,2	60,0	377/2011	
Итого за прием пищи:	360	3,0	7,9	39,4	240,6		
Всего за день:		24,2	32,1	121,4	871,6		175-10

Зав. производством:

Экономист по ценам: