



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

13.11.2026

| 5 Вариант                          |              |                  |         |             |                                  |
|------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|
| Прием пищи, наименование блюда     | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал |
|                                    |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |
| Завтрак                            |              |                  |         |             |                                  |
| СВЕКЛА ОТВАРНАЯ                    | 100          | 1,46             | 0,10    | 8,54        | 40,90                            |
| ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ | 150          | 10,17            | 11,92   | 24,42       | 245,64                           |
| ОМЛЕТ                              | 60           | 5,12             | 7,51    | 1,03        | 92,19                            |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ            | 200          | 0,15             | 0,04    | 10,82       | 44,22                            |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                     | 40           | 3,16             | 0,40    | 19,32       | 94,00                            |
| Итого за прием пищи:               | 550          | 20,06            | 19,97   | 64,13       | 516,95                           |

Ответственное лицо \_\_\_\_\_

\* Согласно СанПин 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано



Утверждаю: ООО Виво Маркет  
Ковалев Р.С.

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

**13.11.2026**

**5 Вариант**

| 5 Вариант                          |              |                  |         |             |                                  |
|------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|
| Прием пищи, наименование блюда     | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал |
|                                    |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |
| Завтрак                            |              |                  |         |             |                                  |
| СВЕКЛА ОТВАРНАЯ                    | 100          | 1,46             | 0,10    | 8,54        | 40,90                            |
| ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ | 200          | 12,66            | 13,66   | 32,59       | 303,94                           |
| ОМЛЕТ                              | 60           | 5,12             | 7,51    | 1,03        | 92,19                            |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ            | 200          | 0,15             | 0,04    | 10,82       | 44,22                            |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                     | 50           | 3,83             | 0,49    | 23,43       | 113,98                           |
| Итого за прием пищи:               | 610          | 23,22            | 21,80   | 76,41       | 595,23                           |
| Ответственное лицо                 |              |                  |         |             |                                  |

Ответственное лицо                     

\* Согласно СанПин 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано



Утверждено ООО Виво Маркет

Ковалев Р.С.



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

**13.11.2026**

5 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда    | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал |
|-----------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|
|                                   |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |
| Обед                              |              |                  |         |             |                                  |
| СВЕКЛА ОТВАРНАЯ                   | 60           | 0,87             | 0,06    | 5,12        | 24,44                            |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ | 200          | 2,55             | 7,92    | 10,45       | 123,28                           |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                     | 150          | 13,00            | 14,64   | 31,57       | 310,04                           |
| ЧАЙ С САХАРОМ                     | 200          | 0,10             | 0,03    | 10,67       | 42,57                            |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                    | 50           | 3,83             | 0,49    | 23,43       | 113,98                           |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                  | 50           | 2,96             | 0,58    | 19,35       | 95,55                            |
| Итого за прием пищи:              | 710          | 23,31            | 23,72   | 100,59      | 709,86                           |

Ответственное лицо

\* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.



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

**13.11.2026**

**5 Вариант**

| 5 вариант                      |              |                  |         |             |                                  |
|--------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|
| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал |
|                                |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |
| Полдник                        |              |                  |         |             |                                  |
| ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ   | 100          | 7,11             | 5,50    | 47,30       | 267,60                           |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ     | 200          | 2,30             | 1,30    | 25,90       | 123,50                           |
| Итого за прием пищи:           | 300          | 9,41             | 6,80    | 73,20       | 391,10                           |

Ответственное лицо 

\* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано



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

**13.11.2026**



Утверждаю: ООО Виво Маркет

Ковалев Р.С.

**5 Вариант**

| 5 вариант                                                                                            |              |                  |         |             |                                  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|
| Прием пищи, наименование блюда                                                                       | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал |
|                                                                                                      |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |
| Обед                                                                                                 |              |                  |         |             |                                  |
| СВЕКЛА ОТВАРНАЯ                                                                                      | 100          | 1,46             | 0,10    | 8,54        | 40,90                            |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ                                                                    | 250          | 3,92             | 9,89    | 13,28       | 157,81                           |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                                                                                        | 200          | 17,32            | 19,54   | 41,11       | 409,58                           |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                                                                        | 200          | 0,10             | 0,03    | 10,67       | 42,57                            |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                                                       | 50           | 3,83             | 0,49    | 23,43       | 113,98                           |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                                                                     | 50           | 2,96             | 0,58    | 19,35       | 95,55                            |
| Итого за прием пищи:                                                                                 | 850          | 29,59            | 30,63   | 116,38      | 860,39                           |
| Ответственное лицо  |              |                  |         |             |                                  |

Ответственное лицо

\* Согласно СанПин 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано



Утверждаю: ООО Виво Маркет



Ковалев Р.С.

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

13.11.2026

5 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал |
|--------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|
|                                |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |
| Полдник                        |              |                  |         |             |                                  |
| ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ   | 150          | 10,46            | 8,07    | 69,73       | 393,80                           |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ     | 200          | 2,30             | 1,30    | 25,90       | 123,50                           |
| Итого за прием пищи:           | 350          | 12,76            | 9,37    | 95,63       | 517,30                           |

Ответственное лицо