



МЕНЮ

на 10 ноября 2022

ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорий ность	№ по сборнику рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-4							
Овощи по сезону(огурец свежий, помидор свежий, Капуста квашенная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	60	1,3	0,4	7,7	37,0		
Котлета рыбная Любительская № 390	90	12,2	8,2	14,3	179,8	390/2004	
Картофель отварной или картофельное пюре № 125/128	150	3,1	7,4	21,6	164,8	125/128/ 2011	
Чай с сахаром №376	200/15	0,1	0,0	14,8	59,3	376/2011	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	555	19,8	20,8	73,4	479,0		100,19
ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-4							
Овощи по сезону(огурец свежий, помидор свежий, Капуста квашенная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	100	2,2	0,6	12,8	61,7		
Котлета рыбная Любительская № 390	100	13,7	14,2	10,9	140,0	390/2004	
Картофель отварной или картофельное пюре №125/128	200	4,2	9,9	28,6	219,8	125/128/ 2011	
Чай с сахаром № 376	200/15	0,1	0,0	14,8	59,3	376/2011	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	645	23,4	24,0	88,8	573,6		100,19

Зав. производством:

Экономист по ценам:

[Signature]

«Согласовано»

Директор МОУ *ВШ* №2
И. Крайнов
И. Мясоедов



«Утверждаю»

Директор ООО «Венера»
Погосова А.В.

МЕНЮ

на

10 ноября 2022

ОБЕД для обучающихся возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорий ность	№ по сборнику рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-4							
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	
Суп картофельный с макаронными изделиями №103	200	2,3	2,2	16,1	94,0	103/2011	
Плов из птицы №492	200	20,4	25,3	36,5	389,0	492/2004	
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	
Итого за прием пищи:	750	29,8	28,3	125,2	811,1		100,19
ОБЕД для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-4							
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	100	0,8	0,1	1,6	12,6	ТТК № 1,2,3,4,5	
Суп картофельный с макаронными изделиями №103	250	2,9	2,8	20,1	117,5	103/2011	
Плов из птицы №492	230	23,5	29,1	42,0	437,2	492/2004	
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	
Итого за прием пищи:	870	33,8	32,8	135,4	887,9		100,19

Зав. производством:

Экономист по ценам: *А*

«Согласовано»

Директор МОУ *№ 2*
Е. Кудряшова
М. С. Милославский

«Утверждаю»

Директор ООО «Венера»
Погосова А.В.

МЕНЮ

на

10 ноября 2022

ЗАВТРАКИ для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийно сть	№ по сборнику рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-4							
Завтрак 1							
Овощи по сезону(огурец свежий, помидор свежий, Капуста квашенная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	60	1,3	0,4	7,7	37,0		
Котлета рыбная Любительская № 390	90	12,2	8,2	14,3	179,8	390/2004	
Картофель отварной или картофельное пюре № 125/128	150	3,1	7,4	21,6	164,8	125/128/2011	
Чай с сахаром №376	200/15	0,1	0,0	14,8	59,3	376/2011	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	555	19,8	20,8	73,4	479,0		
Кондитерские изделия (печенье, вафли)	20	1,6	2,0	14,4	80,8		
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	45,6		
Напиток из плодов шиповника №398	180	0,3	18,1	88,3	398,0	398/2011	
Итого за прием пищи:	300	2,3	20,5	112,2	524,4		
Всего за день:		21,1	41,3	185,6	1 003,4		136,99
ЗАВТРАКИ для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-4							
Завтрак 1							
Овощи по сезону(огурец свежий, помидор свежий, Капуста квашенная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	100	2,2	0,6	12,8	61,7		
Котлета рыбная Любительская № 390	100	13,7	14,2	10,9	140,0	390/2004	
Картофель отварной или картофельное пюре №125/128	200	4,2	9,9	28,6	219,8	125/128/2011	
Чай с сахаром № 376	200/15	0,1	0,0	14,8	59,3	376/2011	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	645	23,4	24,0	88,8	573,6		
Кондитерские изделия (печенье, вафли)	30	2,4	3,0	21,6	121,2		
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	45,6		
Напиток из плодов шиповника №398	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398/2011	
Итого за прием пищи:	310	3,4	3,7	49,2	255,1		
Всего за день:		26,8	27,7	137,2	828,7		136,99

Зав. производством:

Экономист по ценам:

«Согласовано»

Директор МОУ *СШ № 1**С. Крайнов*
М.И. Милеев

«Утверждаю»

Директор ООО «Венера»

Погосова А.В.

**МЕНЮ**

на

10 ноября 2022

ОБЕД(ПОЛДНИК) 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							
Обед							
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	
Суп картофельный с макаронными изделиями №103	200	2,3	2,2	16,1	94,0	103/2011	
Плов из птицы №492	200	20,4	25,3	36,5	389,0	492/2004	
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	
Итого за прием пищи:	750	29,8	28,3	125,2	811,1		
Полдник							
Кондитерские изделия (печенье, вафли)	20	1,6	2,0	14,4	80,8		
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	45,6		
Чай с сахаром №376	180	0,2	0,0	13,5	55,4	376/2011	
Итого за прием пищи:	300	2,2	2,4	37,4	181,8		
Всего за день:		32,0	30,7	162,6	992,9		136,99
ОБЕД(ПОЛДНИК) для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-4							
Обед							
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	100	0,8	0,1	1,6	12,6	ТТК № 1,2,3,4,5	
Суп картофельный с макаронными изделиями №103	250	2,8	2,9	19,9	117,6	103/2011	
Рагу из птицы №289	200	16,7	19,4	18,7	317,5	289/2011	
Компот из смеси сухофруктов	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	50	3,2	0,4	20,6	98,9	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	850	27,6	23,1	115,9	787,9		
Полдник							
Чай с сахаром №376	200/15	0,1	0,0	14,8	59,3	376/2011	
Кондитерские изделия (печенье, вафли)	50	4,0	5,0	35,5	202,0		
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	45,6		
Итого за прием пищи:	365	4,5	5,4	59,8	306,9		
Всего за день:		38,3	38,2	195,2	1194,8		136,99

Зав. производством:

Экономист по ценам:

19