



«Согласовано»
Директор МОУ

№



«Утверждаю»
Директор ООО «Венера»

Погосова А.В.

МЕНЮ

на

10.02

2022г.

ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорий ность	№ по сборнику рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-10							
Запеканка рисовая с творогом №315	200	11,6	8,6	60,7	366,5	315/2004	
Соус молочный (сладкий) №596	55	1,1	2,4	7,2	55,7	596/2004	
Чай с лимоном №377	200/15/ 7	0,2	0,0	15,0	61,6	378/2011	
Хлеб пшеничный	45	3,3	0,3	21,9	103,4	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	500	16,2	11,3	104,8	587,2		75-51
ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-10							
Запеканка рисовая с творогом №315	230	13,3	9,9	69,9	421,7	315/2004	
Соус молочный (сладкий) №596	70	1,3	3,1	9,1	70,9	596/2004	
Чай с лимоном №377	200	1,7	1,3	17,3	61,6	378/2011	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	550	20,0	14,6	120,6	669,0		75-51

Зав. производством:

Экономист по ценам:



«Согласовано»

Директор МОУ

№



«Утверждаю»

Директор ООО «Венера»

Погосова А.В.

МЕНЮ

на 18.02. 2022г.

ОБЕД для обучающихся возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорий ность	№ по сборнику рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-10							
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 горохом	200	4,6	4,4	15,2	117,8	102/2011	
Котлета рыбная (минтай) №388	90	12,2	8,2	14,3	179,8	388/2004	
Соус томатный 30г №363К	30	0,2	0,7	1,5	13,2	363/2016	
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,1	4,8	27,8	178,2	341/2016	
Компот из смеси сухофруктов	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	20	1,3	0,2	8,2	39,6	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	790	28,3	18,6	118,3	754,6		75-51
ОБЕД для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-10							
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 горохом	250	5,8	5,4	19,0	147,3	102/2011	
Котлета рыбная (минтай) №388	100	13,7	9,2	15,9	199,7	388/2004	
Соус томатный 30г №363К	30	0,2	0,7	1,5	13,2	363/2016	
Каша гречневая рассыпчатая	180	7,4	5,7	33,4	213,9	341/2016	
Компот из смеси сухофруктов	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	20	1,3	0,2	8,2	39,6	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	920	32,6	21,5	129,9	844,7		75-51

Зав. производством:

Экономист по ценам:

«Согласовано»
Директор МОУ №



«Утверждаю»
Директор ООО «Венера»



Погосова А.В.

МЕНЮ

на

18.02

2022г.

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-10							
Завтрак 1							
Запеканка рисовая с творогом	200	11,6	8,6	60,7	366,5	315/2004	
Соус молочный (сладкий) №596	55	1,1	2,4	7,2	55,7	596/2004	
Чай с лимоном №377	200/15/ 7	1,7	1,3	17,3	61,6	378/2011	
Хлеб пшеничный	45	3,3	0,3	21,9	103,4	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	500	17,7	12,6	107,1	587,2		
Завтрак 2							
Бутерброд с маслом №1	20/5	1,4	4,7	9,2	84,8	1/2011	
Чай с сахаром №376	180	0,1	0,0	14,8	59,3	376/2011	
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	45,6		
Итого за прием пищи:	305	1,9	5,1	33,5	189,7		
Всего за день:		19,6	17,7	140,6	776,9		103,00
ЗАВТРАКИ для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-10							
Завтрак 1							
Запеканка рисовая с творогом	230	13,3	9,9	69,9	421,7	315/2004	
Соус молочный (сладкий) №596	70	1,3	3,1	9,1	70,9	596/2004	
Чай с лимоном №377	200/15/ 7	0,2	0,0	15,0	61,6	378/2011	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	550	18,5	13,3	118,3	669,0		
Завтрак 2							
Бутерброд с маслом №1	30/10	2,3	7,5	14,7	135,0	1/2011	
Чай с сахаром №376	180	0,1	0,0	14,8	59,3	376/2011	
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	45,6		
Итого за прием пищи:	320	2,5	7,9	39,0	239,9		
Всего за день:		21,0	21,2	157,3	908,9		103,00

Зав. производством:

Экономист по ценам:

«Согласовано»

Директор МОУ

№



«Утверждаю»

Директор ООО «Венера»

Погосова А.В.



МЕНЮ

на

2022г.

ОБЕД(ПОЛДНИК) для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность	№ по сборнику рецепту	Цена руб
ВАРИАНТ-10							
Обед							
Овощи свежие, соленые, отварные	60	0,5	0,1	1,0	7,6	ТТК № 1,2,3,4,5	
Суп картофельный с горохом	200	4,6	4,4	15,2	117,8	102/2011	
Котлета рыбная (минтай) №388	90	12,2	8,2	14,3	179,8	388/2004	
Соус томатный 30г №363К	30	0,2	0,7	1,5	13,2	363/2016	
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,1	4,8	27,8	178,2	341/2016	
Компот из смеси сухофруктов	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	20	1,3	0,2	8,2	39,6	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	790	28,3	18,6	118,3	754,6		
Полдник							
Бутерброд с маслом №1/2011	20/5	1,4	4,7	9,2	84,8	1/2011	
Чай с сахаром №376	180	0,1	0,0	14,8	59,3	376/2011	
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	45,6		
Итого за прием пищи:	305	1,9	5,1	33,5	189,7		
Всего за день:		30,2	23,7	151,8	944,3		103,00
ОБЕД(ПОЛДНИК) для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-10							
Обед							
Овощи свежие, соленые, отварные	100	0,8	0,1	1,6	12,6	ТТК № 1,2,3,4,5	
Суп картофельный с горохом №102	250	5,8	5,4	19,0	147,3	102/2011	
Котлета рыбная (минтай) №388	100	13,7	9,2	15,9	199,7	388/2004	
Соус томатный 30г №363К	30	0,2	0,7	1,5	13,2	363/2016	
Каша гречневая рассыпчатая	180	7,4	5,7	33,4	213,9	341/2016	
Компот из смеси сухофруктов	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	20	1,3	0,2	8,2	39,6	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	920	32,6	21,5	129,9	844,7		
Полдник							
Чай с сахаром №376	200	0,1	0,0	14,8	59,3	376/2011	
Бутерброд с маслом №1/2011	30/10	2,3	7,5	14,7	135,0	1/2011	
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	45,6		
Итого за прием пищи:	340	2,8	7,9	39,0	239,9		
Всего за день:		35,4	29,4	168,9	1 084,6		103,00

Зав. производством:

Экономист по ценам: