

«Согласовано»

Директор МБОУ

№

*Погосова*



«Утверждаю»

Директор ООО «Венера»

Погосова А.В.



## МЕНЮ

на 19.01.2024г.

ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорий ность	№ по сборнику рецептур	Цена руб
<b>ВАРИАНТ-5</b>							
Птица, тушенная в соусе №290	90	11,1	10,4	3,2	150,3	290/2011	
Каша вязкая гречневая №302	150	6,1	4,8	37,8	178,2	302/2004	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК№6	
Чай с сахаром и лимоном № 377	200/15/7	0,3	0,0	14,8	60,0	377/2011	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>502</b>	<b>20,5</b>	<b>15,4</b>	<b>75,3</b>	<b>480,4</b>		<b>96-10</b>
<b>ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 12-18 лет</b>							
<b>ВАРИАНТ-5</b>							
Птица, тушенная в соусе №290	100	12,3	11,5	3,5	167,0	290/2011	
Каша вязкая гречневая №302	180	7,3	5,8	33,4	213,8	302/2004	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК№6	
Чай с сахаром и лимоном № 377	200/15/7	0,3	0,0	14,8	60,0	377/2011	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>552</b>	<b>23,6</b>	<b>17,6</b>	<b>76,0</b>	<b>555,6</b>		<b>96-10</b>

Зав. производством:

Экономист по ценам:

*М*

«Согласовано»

Директор МБОУ



№



«Утверждаю»

Директор ООО «Венера»

Погосова А.В.

## МЕНЮ

на 19.01.2024г.

ОБЕД для обучающихся возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорий ность	№ по сборнику рецептур	Цена руб
<b>ВАРИАНТ-5</b>							
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	
Борщ с капустой и картофелем №82	200	1,6	4,0	10,4	84,5	82/2011	
Тефтели с соусом 2-вариант № 462/593	90/30	9,4	18,8	14,3	223,2	462/593/ 2004	
Каша вязкая гречневая №302	150	6,1	4,8	37,8	178,2	302/2004	
Напиток из плодов шиповника №388	200	0,1	0,0	28,2	95,3	388/2011	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6	
Хлеб пеклеванный	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК № 7	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>810</b>	<b>23,2</b>	<b>28,3</b>	<b>127,7</b>	<b>759,9</b>		<b>96-10</b>
<b>ОБЕД для обучающихся возрастной группы 12-18 лет</b>							
<b>ВАРИАНТ-5</b>							
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	100	0,8	0,2	1,7	12,7	ТТК № 1,2,3,4,5	
Борщ с капустой и картофелем №82	250	1,6	4,0	10,4	84,5	82/2011	
Тефтели с соусом 2-вариант № 462/593	100/30	10,4	22,0	15,9	281,3	462/593/ 2004	
Каша вязкая гречневая №302	180	7,3	5,8	33,4	213,8	302/2004	
Напиток из плодов шиповника №388	200	0,1	0,0	28,2	95,3	388/2011	
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	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>950</b>	<b>26,4</b>	<b>32,7</b>	<b>130,4</b>	<b>881,6</b>		<b>96-10</b>

Зав. производством:

Экономист по ценам:

«Согласовано»

Директор МБОУ

№

*Белогорская*

«Утверждаю»

Директор ООО «Венера»

Погосова А.В.



## МЕНЮ

на 19.01.2024г.

ЗАВТРАКИ для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Угледо ы, г	Калорийн ость	№ по сборнику рецептур	Цена руб
<b>ВАРИАНТ-5</b>							
<b>Завтрак 1</b>							
Птица, тушенная в соусе №290	90	11,1	10,4	3,2	150,3	290/2011	
Каша вязкая гречневая №302	150	6,1	4,8	37,8	178,2	302/2004	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК№6	
Чай с сахаром и лимоном № 377	200/15/7	0,3	0,0	14,8	60,0	377/2011	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>502</b>	<b>20,5</b>	<b>15,4</b>	<b>75,3</b>	<b>480,4</b>		
<b>Полдник</b>							
Кондитерские изделия (печенье, вафли)	20	1,6	2,0	14,4	80,8		
Фрукты свежие (яблоко) №338	100	0,4	0,4	9,5	45,6	338/2011	
Чай с сахаром №376	180	0,1	0,0	14,8	59,3	376/2004	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>300</b>	<b>2,1</b>	<b>2,4</b>	<b>38,7</b>	<b>185,7</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>22,6</b>	<b>17,8</b>	<b>114,0</b>	<b>666,1</b>		
<b>ЗАВТРАКИ для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет</b>							
<b>ВАРИАНТ-5</b>							
<b>Завтрак 1</b>							
Птица, тушенная в соусе №290	100	12,3	11,5	3,5	167,0	290/2011	
Каша вязкая гречневая №302	180	7,3	5,8	33,4	213,8	302/2004	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,4	114,8	ТТК№6	
Чай с сахаром и лимоном № 377	200/15/7	0,3	0,0	14,8	60,0	377/2011	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>552</b>	<b>23,6</b>	<b>17,6</b>	<b>76,1</b>	<b>555,6</b>		
<b>Полдник</b>							
Кондитерские изделия (печенье, вафли)	30	2,4	3,0	21,6	121,2		
Фрукты свежие (яблоко) №338	100	0,4	0,4	9,5	45,6	338/2011	
Чай с сахаром №376	180	0,1	0,0	14,8	59,3	376/2004	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>310</b>	<b>2,9</b>	<b>3,4</b>	<b>45,9</b>	<b>226,1</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>26,5</b>	<b>21,0</b>	<b>122,0</b>	<b>781,7</b>		<b>132-10</b>

Зав. производством:

Экономист по ценам:



№

«Утверждаю»

Директор ООО «Венера»  
Погосова А.В.



## МЕНЮ

на 19.01.2024г.

ОБЕД для обеспечения горячим питанием обучающихся в МОУ за счет средств родителей (законных представителей)	Выход г	Калорийно сть	№ по сборнику рецептур	Цена руб
<b>ВАРИАНТ-5</b>				
Борщ с капустой и картофелем №82	200	84,5	82/2011	
Чахохбили № 491	60	116,6	491/2004	
Картофель отварной или картофельное пюре № 125/128	150	247,4	125/128 2011	
Чай с сахаром каркаде №685	200	60,5	685/2004	
Хлеб пшеничный	40	91,9	ТТК № 6	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>590</b>	<b>528,7</b>		
				<b>80-00</b>

Зав. производством:

Экономист по ценам: