

«Согласовано»  
Директор МОУ №

*Погосова А.В.*



«Утверждаю»  
Директор ООО «Венера»

Погосова А.В.



## МЕНЮ

на 07 октября 2024г.

| ЗАВТРАК для обучающихся<br>возрастной группы 7-11 лет          | Выход<br>г | Белки,<br>г | Жиры,<br>г  | Углеводы,<br>г | Калорий<br>ность | № по<br>сборнику<br>рецептур | Цена<br>руб  |
|--|------------|-------------|-------------|----------------|------------------|------------------------------|--------------|
| <b>ВАРИАНТ-7</b>   |            |             |             |                |                  |                              |              |
| Каша вязкая молочная из риса и пшена Дружба №175               | 200        | 5,0         | 10,1        | 30,5           | 260,8            | 175/2011                     |              |
| Бутерброд с маслом и сыром № 3                                 | 60/10/15   | 8,3         | 12,4        | 34,3           | 255,0            | 3/2004                       |              |
| Чай с сахаром № 376  | 200/15     | 0,1         | 0,0         | 17,3           | 59,3             | 376/2011                     |              |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                    | <b>500</b> | <b>13,4</b> | <b>22,5</b> | <b>82,1</b>    | <b>575,1</b>     |                              | <b>96,10</b> |
| <b>ЗАВТРАК для обучающихся<br/>возрастной группы 12-18 лет</b> |            |             |             |                |                  |                              |              |
| <b>ВАРИАНТ-7</b>   |            |             |             |                |                  |                              |              |
| Каша вязкая молочная из риса и пшена Дружба №175               | 250        | 6,3         | 12,6        | 38,1           | 326,0            | 175/2011                     |              |
| Бутерброд с маслом и сыром № 3                                 | 60/10/15   | 8,3         | 12,4        | 34,3           | 255,0            | 3/2004                       |              |
| Чай с сахаром № 376  | 200/15     | 0,1         | 0,0         | 17,3           | 59,3             | 376/2004                     |              |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                    | <b>550</b> | <b>14,7</b> | <b>25,0</b> | <b>89,7</b>    | <b>640,3</b>     |                              | <b>96,10</b> |

Зав. производством:

Экономист по ценам:

*Погосова А.В.*



«Согласовано»

Директор МОУ

№

*Фалочев*

«Утверждаю»

Директор ООО «Венера»

*Погосова А.В.*

## МЕНЮ

на 07 октября 2024г.

| ОБЕД для обучающихся<br>возрастной группы 7-11 лет          | Выход<br>г | Белки,<br>г | Жиры,<br>г  | Углеводы,<br>г | Калорийн<br>ость | № по<br>сборнику<br>рецептур | Цена<br>руб  |
|---|------------|-------------|-------------|----------------|------------------|------------------------------|--------------|
| <b>ВАРИАНТ-7</b>  |            |             |             |                |                  |                              |              |
| Овощи по сезону (помидор<br>свежий)                         | 60         | 0,5         | 0,1         | 1,0            | 7,6              | ТТК №<br>1,2,3,4,5           |              |
| Суп из овощей №135  | 200        | 1,5         | 3,0         | 8,9            | 68,3             | 135/2004                     |              |
| Котлета рубленая из птицы<br>№294                           | 90         | 14,6        | 18,7        | 13,6           | 223,0            | 294/2011                     |              |
| Макаронные изделия отварные<br>№203                         | 150        | 5,5         | 5,7         | 33,3           | 206,4            | 203/2011                     |              |
| Компот из свежих плодов № 631                               | 200        | 0,2         | 0,2         | 27,1           | 111,1            | 631/2011                     |              |
| Хлеб пшеничный  | 40         | 3,0         | 0,2         | 19,5           | 91,1             | ТТК № 6                      |              |
| Хлеб пеклеванный  | 40         | 2,5         | 0,4         | 16,5           | 79,2             | ТТК № 7                      |              |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                 | <b>700</b> | <b>27,8</b> | <b>28,3</b> | <b>119,9</b>   | <b>786,7</b>     |                              | <b>96,10</b> |
| <b>ОБЕД для обучающихся<br/>возрастной группы 12-18 лет</b> |            |             |             |                |                  |                              |              |
| <b>ВАРИАНТ-7</b>  |            |             |             |                |                  |                              |              |
| Овощи по сезону (помидор<br>свежий)                         | 100        | 0,8         | 0,2         | 1,7            | 12,7             | ТТК №<br>1,2,3,4,5           |              |
| Суп из овощей №135  | 250        | 1,9         | 3,8         | 11,1           | 85,4             | 135/2004                     |              |
| Котлета рубленая из птицы<br>№294                           | 100        | 16,2        | 20,8        | 15,1           | 247,8            | 294/2011                     |              |
| Макаронные изделия отварные<br>№203                         | 180        | 6,5         | 6,8         | 28,2           | 247,7            | 203/2011                     |              |
| Компот из свежих плодов № 631                               | 200        | 0,2         | 0,2         | 27,1           | 111,1            | 631/2011                     |              |
| 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>920</b> | <b>31,8</b> | <b>32,5</b> | <b>124,0</b>   | <b>898,7</b>     |                              | <b>96,10</b> |
|   |            |             |             |                |                  |                              |              |
|   |            |             |             |                |                  |                              |              |
|   |            |             |             |                |                  |                              |              |
|   |            |             |             |                |                  |                              |              |

Зав. производством:

Экономист по ценам:

«Согласовано»

Директор МОУ

№



*Григорьев*

«Утверждаю»

Директор ООО «Венера»

Погосова А.В.



## МЕНЮ

для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся за счет средств родителей (законных представителей)

на 07 октября 2024г.

| Прием пищи, наименование блюда   | Масса порции, г | Энергетическая ценность, ккал | № по сборнику рецептов | Цена, руб    |
|----------------------------------|-----------------|-------------------------------|------------------------|--------------|
| <b>Завтрак</b>                   |                 |                               |                        |              |
| <b>Вариант 7</b>                 |                 |                               |                        |              |
| Гуляш из филе птицы № ТТК 2      | 80              | 149                           | ТТК 2                  |              |
| Макаронные изделия отварные №203 | 100             | 137,6                         | 203/2004               |              |
| Чай с сахаром каркаде №685       | 200             | 60,5                          | 685/2004               |              |
| Хлеб пшеничный                   | 20              | 46,0                          | ТТК №6                 |              |
| <b>Итого за прием пищи:</b>      | <b>400</b>      | <b>336,9</b>                  |                        | <b>70,00</b> |

Зав. производством:

Экономист по ценам:

*Погосова А.В.*