«Согласовано»
Директор МКОУ №5

«Утверждаю»
Директор ООО «Венера»
Погосова А.В.

МЕНЮ

на . .2024г.

ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорий ность	№ по сборнику рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-2							
Тефтели (2-вариант) с соусом томатным	90/30	13,2	16,2	14,3	257	462/735	
Каша гречневая вязкая	150	4,5	6,8	22,4	171	510	
Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,3	0,0	15,2	60	686	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	92		
Итого за прием пищи:	**532**	**21,0**	**23,2**	**71,4**	**580**		**91,69**
ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-2							
Тефтели (2-вариант) с соусом томатным	100/30	14,7	18,0	15,9	287	462/735	
Каша гречневая вязкая	180	5,4	8,2	26,9	205	510	
Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,3	0,0	15,2	60	686	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	115		
Итого за прием пищи:	**582**	**24,1**	**26,5**	**82,3**	**667**		**91,69**

Зав. производством: **Экономист по ценам:**

«Согласовано»
Директор МКОУ №5
_____

«Утверждаю»
Директор ООО «Венера»
_____ Погосова А.В.

МЕНЮ

на . .2024г.

ЗАВТРАКИ для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность	№ по сборнику рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-2							
Завтрак 1							
Тефтели (2-вариант) с соусом томатным	90/30	13,2	16,2	14,3	257	462/735	
Каша гречневая вязкая	150	4,5	6,8	22,4	171	510	
Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,3	0,0	15,2	60	686	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	92		
Итого за прием пищи:	**532**	**21,0**	**23,2**	**71,4**	**580**		
Завтрак 2							
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	46		
Сок фруктовый	200	0,9	0,2	17,7	80	707	
Итого за прием пищи:	**300**	**1,3**	**0,6**	**27,2**	**126**		
Всего за день:		**22,3**	**23,8**	**98,6**	**706**		**114,23**
ЗАВТРАКИ для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-2							
Завтрак 1							
Тефтели куриные (2-вариант) с соусом томатным	100/30	14,7	18,0	15,9	287	462	
Каша гречневая вязкая	180	5,4	8,2	26,9	205	510	
Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,3	0,0	15,2	60	686	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	115	ТТК 6	
Итого за прием пищи:	**582**	**24,1**	**26,5**	**82,3**	**667**		
Завтрак 2							
Фрукты свежие	150	0,6	0,6	9,5	46		
Сок фруктовый	200	0,9	0,2	19,7	89	707	
Итого за прием пищи:	**350**	**1,5**	**0,8**	**29,0**	**135**		
Всего за день:		**25,6**	**27,3**	**111,3**	**802**		**114,23**

Зав. производством: **Экономист по ценам:**

«Согласовано»
Директор МКОУ № 5
_____

«Утверждаю»
Директор ООО «Венера»
_____ Погосова А.В.

МЕНЮ

на . . 2024г.

ОБЕД для обучающихся возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорий ность	№ по сборнику рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-2							
Овощи по сезону (свекла отварная)	60	0,5	0,1	1,0	7,6	ТТК № 1,2,3,4,5	
Суп картофельный с крупой (рис) №101	200	1,5	2,2	9,7	70,0	101	
Котлета рубленая из птицы №294	90	14,6	18,7	13,6	223,0	294	
Макаронные изделия отварные №203	150	5,5	5,7	33,3	206,4	203	
Кисель из повидла №647	200	0,1	0,0	28,2	95,3	647	
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	
Итого за прием пищи:	**780**	**27,7**	**27,2**	**121,8**	**773,4**		**91,69**
ОБЕД для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-2							
Овощи по сезону (свекла отварная)	100	0,8	0,2	1,7	12,7	ТТК № 1,2,3,4,5	
Суп картофельный с крупой (рис) №101	250	1,9	2,8	12,1	87,5	101	
Котлета рубленая из птицы №294	100	16,2	20,8	15,1	247,8	294	
Макаронные изделия отварные №203	180	6,5	6,8	28,2	247,7	203	
Кисель из повидла №647	200	0,1	0,0	28,2	95,3	647	
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	
Итого за прием пищи:	**910**	**31,0**	**31,2**	**121,3**	**862,1**		**91,69**

Зав. производством: **Экономист по ценам:**

«Согласовано»
Директор МКОУ №5
_____

«Утверждаю»
Директор ООО «Венера»
_____ Погосова А.В.

МЕНЮ

на . . 2024г.

ОБЕД(ПОЛДНИК) для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность	№ по сборнику рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-2							
Обед							
Овощи по сезону (свекла отварная)	60	0,5	0,1	1,0	7,6	ТТК № 1,2,3,4,5	
Суп картофельный с крупой (рис) №101	200	1,5	2,2	9,7	70,0	101	
Котлета рубленая из птицы №294	90	14,6	18,7	13,6	223,0	294	
Макаронные изделия отварные №203	150	5,5	5,7	33,3	206,4	203	
Кисель из повидла №647	200	0,1	0,0	28,2	95,3	647	
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	
Итого за прием пищи:	**780**	**27,7**	**27,2**	**121,8**	**773,4**		
Полдник							
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	45,6		
Сок фруктовый (яблочный)	200	0,9	0,2	17,7	80,3	707	
Итого за прием пищи:	**300**	**1,3**	**0,6**	**27,2**	**125,9**		
Всего за день:		**29,0**	**27,8**	**149,0**	**899,3**		**114,23**
ОБЕД(ПОЛДНИК) для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-2							
Обед							
Овощи по сезону (свекла отварная)	100	0,8	0,2	1,7	12,7	ТТК № 1,2,3,4,5	
Суп картофельный с крупой (рис) №101	250	1,9	2,8	12,1	87,5	101	
Котлета рубленая из птицы №294	100	16,2	20,8	15,1	247,8	294	
Макаронные изделия отварные №203	180	6,5	6,8	28,2	247,7	203	
Кисель из повидла №647	200	0,1	0,0	28,2	95,3	647	
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	
Итого за прием пищи:	**910**	**31,0**	**31,2**	**121,3**	**862,1**		
Полдник							
Сок фруктовый (яблочный)№707	200	1,1	0,2	19,5	83,4	707	
Фрукты свежие	150	0,6	0,6	14,3	68,4	338	
Итого за прием пищи:	**350**	**1,7**	**0,8**	**33,8**	**151,8**		
Всего за день:		**32,7**	**32,0**	**155,1**	**1013,9**		**114,23**

Зав. производством: **Экономист по ценам:**