



«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
<b>ВАРИАНТ-4</b>							
Котлета рыбная "Любительская"	90	11,7	7,9	13,7	176	390	
Картофель отварной	150	3,0	6,2	24,3	167	518(520)	
Соус томатный	30	0,8	1,4	2,5	26	587	
Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	15,0	58	685	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	92		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>525</b>	<b>18,7</b>	<b>15,7</b>	<b>75,0</b>	<b>519</b>		<b>91,69</b>
<b>ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 12-18 лет</b>							
<b>ВАРИАНТ-4</b>							
Котлета рыбная "Любительская"	100	13,0	8,8	15,2	196	390	
Картофель отварной	180	3,6	7,4	29,2	200	518(520)	
Соус томатный	30	0,8	1,4	2,5	26	587	
Чай с сахаром	200/15	0,3	0,0	15,0	58	338	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,4	115		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>575</b>	<b>21,3</b>	<b>17,9</b>	<b>86,3</b>	<b>595</b>		<b>91,69</b>

Зав. производством:

Экономист по ценам:



«Согласовано»  
Директор МКОУ № 5

*И. Рабакина*



«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	Калорий ность	№ по сборнику рецептур	Цена руб
<b>ВАРИАНТ-4</b>							
<b>Завтрак 1</b>							
Котлета рыбная "Любительская"	90	11,7	7,9	13,7	176	390	
Картофель отварной	150	3,0	6,2	24,3	167	518(520)	
Соус томатный	30	0,8	1,4	2,5	26	587	
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	58	685	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	92		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>510</b>	<b>18,7</b>	<b>15,7</b>	<b>75,0</b>	<b>519</b>		
<b>Завтрак 2</b>							
Кондитерские изделия (вафли, печенье)	20	1,6	2,0	14,4	81		
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	46		
Компот из сухофруктов	180	0,5	0,0	28,3	112	639	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>300</b>	<b>2,5</b>	<b>2,4</b>	<b>52,2</b>	<b>239</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>21,2</b>	<b>18,1</b>	<b>127,2</b>	<b>758</b>		<b>114,23</b>
<b>ЗАВТРАКИ для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет</b>							
<b>ВАРИАНТ-4</b>							
<b>Завтрак 1</b>							
Котлета рыбная "Любительская"	100	13,0	8,8	15,2	196	390	
Картофель отварной	180	3,6	7,4	29,2	200	518(520)	
Соус томатный	30	0,8	1,4	2,5	26	587	
Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	15,0	58	685	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,4	115	ТТК 6	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>575</b>	<b>21,3</b>	<b>17,9</b>	<b>86,3</b>	<b>595</b>		
<b>Завтрак 2</b>							
Кондитерские изделия (вафли, печенье)	50	4,0	5,0	36,0	203		
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	46		
Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	28,3	112	639	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>4,9</b>	<b>5,4</b>	<b>73,8</b>	<b>361</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>26,2</b>	<b>23,3</b>	<b>160,1</b>	<b>956</b>		<b>114,23</b>

Зав. производством:

Экономист по ценам:



## 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
<b>ВАРИАНТ-4</b>							
Овощи по сезону (помидор свежий)	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	
Плов из птицы №492	200	20,4	25,3	36,5	389,0	492	
Компот из смеси сухофруктов №349	200	0,4	0,0	30,8	126,5	349	
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>750</b>	<b>29,8</b>	<b>28,3</b>	<b>125,2</b>	<b>811,1</b>		<b>91,69</b>
<b>ОБЕД для обучающихся возрастной группы 12-18 лет</b>							
<b>ВАРИАНТ-4</b>							
Овощи по сезону (помидор свежий)	100	0,8	0,2	1,7	12,7	ТТК № 1,2,3,4,5	
Суп картофельный с макаронными изделиями №103	250	2,9	2,8	20,1	117,5	103	
Плов из птицы №492	230	23,5	29,1	42,0	437,2	492	
Компот из смеси сухофруктов №349	200	0,4	0,0	30,8	126,5	349	
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>870</b>	<b>33,8</b>	<b>32,8</b>	<b>135,4</b>	<b>887,9</b>		<b>91,69</b>

Зав. производством:

Экономист по ценам:



№ 5



## МЕНЮ

на . . . 2024г.

ОБЕД(ПОЛДНИК) для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калори йность	№ по сборник у рецепту р	Цена руб
<b>ВАРИАНТ-4</b>							
<b>Обед</b>							
Овощи по сезону ( помидор свежий)	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	
Плов из птицы №492	200	20,4	25,3	36,5	389,0	492	
Компот из смеси сухофруктов №349	200	0,4	0,0	30,8	126,5	349	
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>750</b>	<b>29,8</b>	<b>28,3</b>	<b>125,2</b>	<b>811,1</b>		
<b>Полдник</b>							
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	180/15	0,2	0,0	13,5	55,4	376	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>315</b>	<b>2,2</b>	<b>2,4</b>	<b>37,4</b>	<b>181,8</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>32,0</b>	<b>30,7</b>	<b>162,6</b>	<b>992,9</b>		<b>114,23</b>
<b>ОБЕД(ПОЛДНИК) для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет</b>							
<b>ВАРИАНТ-4</b>							
<b>Обед</b>							
Овощи по сезону ( помидор свежий)	100	0,8	0,2	1,7	12,7	ТТК № 1,2,3,4,5	
Суп картофельный с макаронными изделиями №103	250	2,9	2,8	20,1	117,5	103	
Плов из птицы №492	230	23,5	29,1	42,0	437,2	492	
Компот из смеси сухофруктов №349	200	0,4	0,0	30,8	126,5	349	
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>870</b>	<b>33,8</b>	<b>32,8</b>	<b>135,4</b>	<b>887,9</b>		
<b>Полдник</b>							
Чай с сахаром №376	200/15	0,1	0,0	14,8	59,3	685	
Кондитерские изделия (печенье, вафли)	50	4,0	5,0	35,5	202,0		
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	45,6	338	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>365</b>	<b>4,5</b>	<b>5,4</b>	<b>59,8</b>	<b>306,9</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>38,3</b>	<b>38,2</b>	<b>195,2</b>	<b>1194,8</b>		<b>114,23</b>

Зав. производством:

Экономист по ценам: