



№



МЕНЮ

на 03.10.2022г.

ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорий ность	№ по сборнику рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-7							
Каша вязкая молочная из риса и пшена "Дружба" № 175	200/5	5,0	10,1	30,5	260,8	175/2011	
Бутерброд с повидлом №2	40/10/30	3,3	7,3	31,0	247,3	2/2004	
Чай с сахаром каркаде № 685	200/15	0,2	0,0	15,0	60,5	685/2004	
Итого за прием пищи:	500	8,3	17,4	76,5	568,6		92-51
ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-7							
Каша вязкая молочная из риса и пшена "Дружба" № 175	250/5	6,3	12,6	38,1	326,0	175/2011	
Бутерброд с повидлом №2	40/10/30	3,3	7,3	31,0	247,3	2/2004	
Чай с сахаром каркаде № 685	200/15	0,2	0,0	15,0	60,5	685/2004	
Итого за прием пищи:	550	9,8	19,9	84,1	633,8		92-51

Зав. производством:

Экономист по ценам:



№



МЕНЮ

на 04.10.2022г.

ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорий ность	№ по сборнику рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-8							
Фрикадельки из птицы с соусом №297/593	90/30	16,0	12,8	8,0	191,4	297/593 2011/2004	
Каша гречневая рассыпчатая №341	150	6,1	4,8	27,8	178,2	341/2016	
Чай с сахаром и лимоном № 377	200/15/7	0,3	0,0	15,2	60,0	377/2011	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК№6	
Итого за прием пищи:	532	25,4	17,8	70,5	521,5		92-51
ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-8							
Фрикадельки из птицы с соусом №297/593	100/30	17,8	14,2	8,9	212,7	297/593 2011/2004	
Каша гречневая рассыпчатая №341	180	7,3	5,8	33,4	213,8	341/2016	
Чай с сахаром и лимоном № 377	200/15	0,3	0,0	15,2	60,2	377/2011	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК№6	
Итого за прием пищи:	572	28,4	20,2	77,0	578,4		92-51

Зав. производством:

Экономист по ценам:



№

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



МЕНЮ

на 05.10.2022г.

ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорий ность	№ по сборнику рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-9							
Каша молочная манная жидкая с маслом №311	150	4,1	5,4	25,2	182	311/2004	
Кофейный напиток с молоком № 692	200	2,5	3,6	28,7	152,0	692/2004	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК№6	
Фрукты свежие (яблоко) № 338	150	0,6	0,6	14,3	68,4	338/2011	
Итого за прием пищи:	540	10,2	9,5	87,7	494,3		92-51
ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-9							
Каша молочная манная жидкая с маслом №311	200	5,5	6,8	33,6	242,1	311/2004	
Кофейный напиток с молоком № 692	200	2,5	3,6	28,7	152,0	692/2004	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК№6	
Фрукты свежие (яблоко) № 338	150	0,6	0,6	14,3	68,4	338/2011	
Итого за прием пищи:	590	11,6	11,2	95,8	554,4		92-51

Зав. производством:

Экономист по ценам:



№



МЕНЮ

на 06.10.2022г.

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							
Котлета рыбная "Любительская" №390	90	12,3	12,8	9,8	126,0	390/2004	
Картофель отварной или картофельное пюре № 125/128	150	3,1	7,4	21,6	164,8	125/128/ 2011	
Соус томатный №593	30	0,2	0,7	1,5	13,2	593/2004	
Чай с сахаром каркаде №685	200	0,2	0,0	15,0	60,5	685/2004	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК№6	
Итого за прием пищи:	520	19,5	21,2	72,2	479,5		92-51
ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-10							
Котлета рыбная "Любительская" №390	100	13,7	14,2	10,9	140,0	390/2004	
Картофель отварной или картофельное пюре № 125/128	180	3,7	8,9	25,9	197,8	125/128/ 2011	
Соус томатный №593	30	0,2	0,7	1,5	13,2	593/2004	
Чай с сахаром каркаде №685	200	0,2	0,0	15,0	60,5	685/2004	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК№6	
Итого за прием пищи:	560	21,5	24,1	77,6	526,3		92-51

Зав. производством:

Экономист по ценам: *M*

«Согласовано»
Директор МБОУ №



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



МЕНЮ

на 07.10.2022г.

ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорий ность	№ по сборнику рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-11							
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	60	0,5	0,1	0,1	7,6	ТТК 1,2,3,4,5,6	
Плов из птицы №291	200	15,3	20,8	39,20	410,6	492/2004	
Чай с сахаром № 376	200/15	0,1	0,0	17,3	59,3	376/2004	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	515	24,8	25,9	81,0	577,5		92-51
ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-11							
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	100	2,2	0,7	12,8	61,7	ТТК 1,2,3,4,5,6	
Плов из птицы №291	230	23,5	29,1	42,0	447,4	492/2004	
Чай с сахаром № 376	200/15	0,1	0,0	17,3	59,3	376/2004	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	585	28,8	30,0	91,6	660,3		92-51

Зав. производством:

Экономист по ценам: