

«Согласовано»
Директор МОУ №



«Утверждаю»
Директор ООО «Венера»



Погосова А.В.

МЕНЮ

на 17.01. 2022г.

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
ВАРИАНТ-6							
Завтрак 1							
Фрикадельки куриные №297	90	13,9	11,2	8,0	187,3	297/2011	
Макаронные изделия отварные с маслом №203	150	5,5	5,7	33,3	206,4	203/2011	
Соус томатный №363	30	0,2	0,7	1,5	13,2	363/2016	
Чай с сахаром каркаде №685	200	0,2	0,0	15,0	60,5	685/2004	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	510	22,8	17,8	77,3	559,3		
Завтрак 2							
Бутерброд с маслом №1	20/5	1,4	4,7	9,2	84,4		
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	45,6		
Сок фруктовый №707	180	0,9	0,2	17,7	80,3	707/2004	
Итого за прием пищи:	305	2,7	5,3	36,4	210,3		
Всего за день:		25,5	23,1	113,7	769,6		103,00
ЗАВТРАКИ для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-6							
Завтрак 1							
Фрикадельки куриные №297	100	15,4	12,3	8,9	208,2	297/2011	
Макаронные изделия отварные с маслом №203	180	6,6	6,9	39,9	247,6	203/2011	
Соус томатный №363	30	0,2	0,7	1,5	13,2	363/2016	
Чай с сахаром каркаде №685	200	0,2	0,0	15,0	60,5	685/2004	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	550	25,4	20,1	84,8	621,4		
Завтрак 2							
Чай с сахаром №376	200	0,1	0,0	14,8	59,3	376/2011	
Яблоки печеные №372	100	0,4	0,4	24,9	107,6	372/2011	
Итого за прием пищи:	300	0,5	0,4	39,7	166,9		
Всего за день:		25,9	20,5	124,5	788,3		103,00

Зав. производством:

Экономист по ценам:



Погосова А.В.

МЕНЮ

на 18.01. 2022г.

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
ВАРИАНТ-7							
Завтрак 1							
Котлета рыбная (минтай) №388	90	12,2	8,2	14,3	179,8	388/2004	
Пюре картофельное №128	150	3,1	7,4	21,6	164,8	128/2011	
Чай с сахаром №376	200/15	0,1	0,0	14,8	59,3	376/2011	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	505	19,1	15,9	75,0	518,7		
Завтрак 2							
Кондитерские изделия (печенье, вафли)	20	1,6	2,0	14,4	80,8		
Чай с молоком №378	180	1,5	1,1	15,6	78,0	378/2011	
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	45,6		
Итого за прием пищи:	300	3,5	3,5	39,5	204,4		
Всего за день:		22,6	19,4	114,5	723,1		103,00
ЗАВТРАКИ для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-7							
Завтрак 1							
Котлета рыбная (минтай) №388	100	13,7	9,2	15,9	199,7	388/2004	
Пюре картофельное №128	200	4,2	9,9	28,6	219,8	128/2011	
Чай с сахаром №376	200/15	0,1	0,0	14,8	59,3	376/2011	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	565	21,7	19,4	83,6	593,6		
Завтрак 2							
Кондитерские изделия (печенье, вафли)	30	2,4	3,0	21,6	121,2		
Чай с молоком №378	180	1,5	1,1	15,6	78,0	378/2011	
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	45,6		
Итого за прием пищи:	310	2,1	4,5	46,7	244,8		
Всего за день:		23,8	23,9	130,3	838,4		103,00

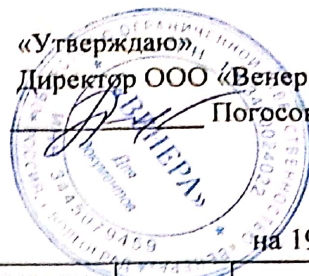
Зав. производством:

Экономист по ценам:

«Согласовано»
 Директор МОУШУ №



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



МЕНЮ

на 19.01. 2022г.

ЗАВТРАКИ для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность	№ по сборнику рецептов	Цена руб
ВАРИАНТ-8							
Завтрак 1							
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	100	0,8	0,1	1,6	12,6	ТТК № 1,2,3,4,5	
Плов из птицы №492	150	15,3	19,0	27,4	340,8	492/2004	
Чай с сахаром каркаде №685	200/15	0,2	0,0	15,0	60,5	685/2004	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	505	19,3	19,3	63,5	505,8		
Завтрак 2							
Кондитерские изделия (печенье, вафли)	20	1,6	2,0	14,4	80,8		
Сок фруктовый №707	180	0,9	0,2	17,7	80,3	707/2004	
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	45,6		
Итого за прием пищи:	300	2,9	2,6	41,6	206,7		
Всего за день:		22,2	21,9	105,1	712,5		103,00
ЗАВТРАКИ для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-8							
Завтрак 1							
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	100	0,8	0,1	1,6	12,6	ТТК № 1,2,3,4,5	
Плов из птицы №492	200	20,4	25,3	36,5	454,9	492/2004	
Чай с сахаром каркаде №685	200/15	0,2	0,0	15,0	60,5	685/2004	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	555	23,4	25,6	72,6	619,9		
Завтрак 2							
Кондитерские изделия (печенье, вафли)	30	2,4	3,0	21,6	121,2		
Сок фруктовый № 707	180	0,9	0,2	17,7	80,3	707/2004	
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	45,6		
Итого за прием пищи:	310	3,7	3,6	48,8	247,1		
Всего за день:		27,1	29,2	121,4	867,0		103,00

Зав. производством:

Экономист по ценам:

Сур

«Согласовано»

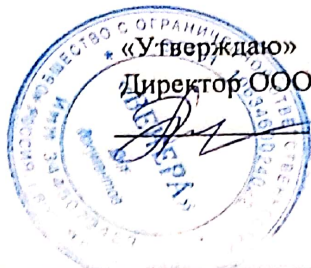
Директор МОУ №



«Утверждаю»

Директор ООО «Венера»

Погосова А.В.



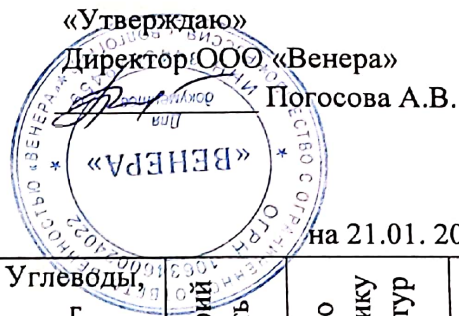
МЕНЮ

на 20.01.2022г.

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
ВАРИАНТ-9							
Завтрак 1							
Котлета рубленая из птицы №294	90	14,6	18,7	13,6	235,8	294/2011	
Макаронные изделия отварные с маслом №203	150	5,5	5,7	33,3	206,4	203/2011	
Соус томатный №363	30	0,2	0,7	1,5	13,2	363/2011	
Чай с сахаром №376	200/15	0,1	0,0	14,8	59,3	376/2011	
Хлеб пшеничный	30	2,2	0,2	14,6	68,9	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	505	22,6	25,3	77,8	583,6		
Завтрак 2							
Кондитерские изделия (печенье, вафли)	20	1,6	2,0	14,4	80,8		
Чай с лимоном №377	180	0,2	0,0	13,5	55,4	377/2011	
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	45,6		
Итого за прием пищи:	300	2,2	2,4	37,4	181,8		
Всего за день:		24,8	27,7	115,2	765,4		103,00
ЗАВТРАКИ для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-9							
Завтрак 1							
Котлета рубленая из птицы №294	100	16,2	20,8	15,1	262,0	294/2011	
Макаронные изделия отварные с маслом №203	180	6,6	6,9	39,9	247,6	203/2011	
Соус томатный №363	30	0,2	0,7	1,5	13,2	363/2016	
Чай с сахаром №376	200	0,1	0,0	14,8	59,3	376/2011	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	565	26,1	28,6	90,8	674,0		
Завтрак 2							
Кондитерские изделия (печенье, вафли)	30	2,4	3,0	21,6	121,2		
Чай с лимоном №377	180	0,2	0,0	15,0	61,6	377/2011	
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	45,6		
Итого за прием пищи:	310	3,0	3,4	44,6	222,2		
Всего за день:		29,1	32,0	135,4	896,2		103,00

Зав. производством:

Экономист по ценам:



МЕНЮ

на 21.01.2022г.

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
ВАРИАНТ-10							
Завтрак 1							
Запеканка рисовая с творогом	200	11,6	8,6	60,7	366,5	315/2004	
Соус молочный (сладкий) №596	55	1,1	2,4	7,2	55,7	596/2004	
Чай с лимоном №377	200/15/ 7	1,7	1,3	17,3	61,6	378/2011	
Хлеб пшеничный	45	3,3	0,3	21,9	103,4	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	500	17,7	12,6	107,1	587,2		
Завтрак 2							
Бутерброд с маслом №1	20/5	1,4	4,7	9,2	84,8	1/2011	
Чай с сахаром №376	180	0,1	0,0	14,8	59,3	376/2011	
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	45,6		
Итого за прием пищи:	305	1,9	5,1	33,5	189,7		
Всего за день:		19,6	17,7	140,6	776,9		103,00
ЗАВТРАКИ для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-10							
Завтрак 1							
Запеканка рисовая с творогом	230	13,3	9,9	69,9	421,7	315/2004	
Соус молочный (сладкий) №596	70	1,3	3,1	9,1	70,9	596/2004	
Чай с лимоном №377	200/15/ 7	0,2	0,0	15,0	61,6	378/2011	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	550	18,5	13,3	118,3	669,0		
Завтрак 2							
Бутерброд с маслом №1	30/10	2,3	7,5	14,7	135,0	1/2011	
Чай с сахаром №376	180	0,1	0,0	14,8	59,3	376/2011	
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	45,6		
Итого за прием пищи:	320	2,5	7,9	39,0	239,9		
Всего за день:		21,0	21,2	157,3	908,9		103,00

Зав. производством:

Экономист по ценам: