



МОУ «Средняя общеобразовательная школа №10»
 СОШ №10
 директор МОУ
 х. Красный
 Сад

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

МЕНЮ

на 26.09.2022г.

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-1							
Завтрак 1							
Каша молочная рисовая №174	200/5	5,6	9,8	30,6	273,2	174/2004	
Бутерброд с повидлом №2	40/10/30	3,3	7,3	31,0	247,3	2/2004	
Чай с сахаром №376	200/15	0,1	0,0	14,8	59,3	376/2011	
Итого за прием пищи:	500	9,0	17,1	76,4	579,8		
Завтрак 2							
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 каркаде №685	180	0,2	0,0	13,5	54,5	685/2004	
Итого за прием пищи:	300	2,2	2,4	37,4	180,9		
Всего за день:		11,2	19,5	113,8	760,7		136,99
ЗАВТРАКИ для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-1							
Завтрак 1							
Каша молочная рисовая №174	250/5	7,0	12,3	38,3	341,5	174/2004	
Бутерброд с повидлом №2	40/10/30	3,3	7,3	31,0	247,3	2/2004	
Чай с сахаром №376	200/15	0,1	0,0	14,8	59,3	376/2011	
Итого за прием пищи:	550	10,4	19,6	83,3	628,9		
Завтрак 2							
Кондитерские изделия (печенье, вафли)	30	2,4	3,0	21,6	121,2		
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	45,6		
Чай с сахаром каркаде №685	180	0,2	0,0	13,5	54,5	685/2004	
Итого за прием пищи:	310	3,0	3,4	44,6	221,3		
Всего за день:		13,4	23,0	127,9	850,2		136,99

Зав. производством: *Власова*

Экономист по ценам: *М*



№

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



МЕНЮ

на 27.09. 2022г.

ЗАВТРАКИ для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийно сть	№ по сборнику рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-2							
Завтрак 1							
Тефтели с соусом 2-вариант №462/593	90/30	9,4	18,8	14,3	223,2	462/593 /2011	
Каша гречневая рассыпчатая № 302	150	6,1	4,8	27,8	178,2	302/201 6	
Чай с сахаром и лимоном №377	200/15 /7	0,3	0,0	15,2	60,0	377/200 4	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	532	18,8	23,8	76,8	553,5		
Завтрак 2							
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	45,6		
Сок фруктовый №707	180	0,9	0,2	17,7	80,3	707/200 4	
Итого за прием пищи:	280	1,3	0,6	27,2	125,9		
Всего за день:		20,1	24,4	104,0	679,2		136,99
ЗАВТРАКИ для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-2							
Завтрак 1							
Тефтели с соусом 2-вариант №462/593	100/30	17,8	14,2	9,0	212,0	462/593 /2011	
Каша гречневая рассыпчатая № 302	180	7,4	5,8	30,9	214,0	302/201 6	
Чай с сахаром и лимоном №377	2200/1 5/700	0,2	0,0	15,0	60,5	377/200 4	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	582	21,7	28,1	89,0	669,9		
Завтрак 2							
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	45,6		
Сок фруктовый № 707	200	1,1	0,2	19,5	83,4	707/200 4	
Итого за прием пищи:	300	1,5	0,6	29,0	129,0		
Всего за день:		23,2	28,7	118,0	798,9		136,99

Зав. производством: *Лукацкий*

Экономист по ценам: *Погосова*



«Согласовано»

МОУ «СОШ №1»
г. Красный Сад

№



«Утверждаю»
Директор ООО «Венера»

Погосова А.В.

МЕНЮ

на

28.09.2022г.

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-3							
Завтрак 1							
Каша молочная манная жидкая с маслом №311	200/10	5,5	6,8	33,6	242,1	311/2004	
Яйцо вареное вкрутую №337	1 шт	5,5	5,0	0,3	68,6	337/2004	
Кофейный напиток с молоком №692	200	2,5	3,6	28,7	152,0	692/2011	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	502	12,9	18,1	73,2	505,0		
Завтрак 2							
Бутерброд с маслом №1	20/5	1,4	4,7	9,2	84,4	1/2011	
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	45,6		
Чай с лимоном №377	180	0,2	0,0	13,5	55,4	377/2011	
Итого за прием пищи:	305	2,0	5,1	32,2	185,4		
Всего за день:		19,2	20,8	119,2	762,9		136,99
ЗАВТРАКИ для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-3							
Завтрак 1							
Каша молочная манная жидкая с маслом №311	250/10	6,9	7,9	42,0	283,2	311/2004	
Яйцо вареное вкрутую №337	1 шт	5,5	5,0	0,3	68,6	337/2004	
Кофейный напиток с молоком №692	200	2,5	3,6	28,7	152,0	692/2011	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	552	14,5	19,7	81,5	558,6		
Завтрак 2							
Бутерброд с маслом №1	30/10	2,3	7,5	14,7	135,0	1/2011	
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	45,6		
Чай с лимоном №377	180	0,2	0,0	13,5	55,4	377/2011	
Итого за прием пищи:	320	2,9	7,9	37,7	236,0		
Всего за день:		21,5	24,7	133,1	854,6		136,99

Зав. производством:

Сидорова

Экономист по ценам:

Иванова



МОУ «Согласовано»
СОШ № 1
х. Красный
Сад

№

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

МЕНЮ

на

29.09. 2022г.

ЗАВТРАКИ для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийно сть	№ по сборнику рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-4							
Завтрак 1							
Овощи по сезону(огурец свежий, помидор свежий, Капуста квашенная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	60	1,3	0,4	7,7	37,0		
Котлета рыбная Любительская № 390	90	12,2	8,2	14,3	179,8	390/2004	
Картофель отварной или картофельное пюре № 125/128	150	3,1	7,4	21,6	164,8	125/128/2011	
Чай с сахаром №376	200/15	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:	555	19,8	20,8	73,4	479,0		
Кондитерские изделия (печенье, вафли)	20	1,6	2,0	14,4	80,8		
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	45,6		
Напиток из плодов шиповника №398	180	0,3	18,1	88,3	398,0	398/2011	
Итого за прием пищи:	300	2,3	20,5	112,2	524,4		
Всего за день:		21,1	41,3	185,6	1 003,4		136,99
ЗАВТРАКИ для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-4							
Завтрак 1							
Овощи по сезону(огурец свежий, помидор свежий, Капуста квашенная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	100	2,2	0,6	12,8	61,7		
Котлета рыбная Любительская № 390	100	13,7	14,2	10,9	140,0	390/2004	
Картофель отварной или картофельное пюре №125/128	200	4,2	9,9	28,6	219,8	125/128/2011	
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:	645	23,4	24,0	88,8	573,6		
Кондитерские изделия (печенье, вафли)	30	2,4	3,0	21,6	121,2		
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	45,6		
Напиток из плодов шиповника №398	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398/2011	
Итого за прием пищи:	310	3,4	3,7	49,2	255,1		
Всего за день:		26,8	27,7	137,2	828,7		136,99

Зав. производством: *Иванова*

Экономист по ценам: *Иванова*



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

МЕНЮ

на

30.09. 2022г.

ЗАВТРАКИ для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийн ость	№ по сборнику рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-5							
Завтрак 1							
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	60	1,3	0,4	7,7	37,0	ТТК №1,2,3,4, 5	
Плов из птицы №492	200	20,4	25,3	36,5	389,0	492/2004	
Чай с сахаром каркаде №685	200	0,2	0,0	15,0	60,5	685/2011	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	500	24,9	25,9	78,7	578,4		
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:		27,6	31,2	115,1	788,7		136,99
ЗАВТРАКИ для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-5							
Завтрак 1							
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	100	2,2	0,6	12,8	61,7	ТТК № 1,2,3,4,5	
Плов из птицы №492	230	23,5	29,1	42,0	437,2	492/2004	
Чай с сахаром каркаде №685	200	0,2	0,0	15,0	60,5	685/2011	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	580	29,6	30,0	94,2	674,2		
Завтрак 2							
Бутерброд с маслом №1	30/10	2,3	7,5	14,7	135,0	1/2011	
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:	320	3,6	8,1	41,9	260,9		
Всего за день:		33,2	38,1	136,1	935,1		136,99

Зав. производством:

Экономист по ценам:



«Согласовано»

Директор МОУ №

«Утверждаю»

Директор ООО «Венера»

Погосова А.В.

МЕНЮ

на

03.10. 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							
Каша молочная пшеничная вязкая №302	200	7,6	7,2	23,2	267,0	302/2004	
Фрукты свежие (Яблоко) № 338	200	0,8	0,8	19,0	91,2	338/2011	
Чай с молоком №378	200	1,6	1,6	17,3	87,0	378/2011	
Бутерброд с маслом №1	30/10	2,3	5,5	14,7	145,9	ТТК № 1	
Итого за прием пищи:	590	12,1	14,9	69,5	568,3		
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:		13,5	10,2	118,7	704,0		136,99
ЗАВТРАКИ для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-6							
Завтрак 1							
Каша молочная пшеничная вязкая №302	250	9,5	9,0	29,0	333,8	302/2004	
Фрукты свежие (Яблоко) № 338	200	0,4	0,8	19,0	91,2	338/2011	
Чай с молоком №378	200/15	0,1	0,0	14,8	59,3	376/2011	
Бутерброд с маслом №1	40/10	3,7	5,5	19,6	168,9	ТТК № 1	
Итого за прием пищи:	650	15,4	16,7	80,2	658,1		
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:		16,1	12,1	129,4	793,7		136,99

Зав. производством:

Александр

Экономист по ценам:

Александр



МЕНЮ

на

04.10. 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 рубленая из птицы № 294	90	14,6	18,7	13,6	235,8	294/2011	
Макаронные изделия отварные № 203	150	5,5	5,7	33,3	206,4	203/2011	
Соус томатный № 593	30	0,2	0,7	1,5	13,2	593/2004	
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:	515	22,6	25,3	77,8	570,8		
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:		26,1	28,8	117,3	775,2		136,99
ЗАВТРАКИ для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-7							
Завтрак 1							
Котлета рубленая из птицы №294	100	16,2	20,8	15,1	247,8	294/2011	
Макаронные изделия отварные №203	180	6,6	6,9	39,9	247,6	203/2011	
Соус томатный № 593	30	0,2	0,7	1,5	13,2	593/2016	
Чай с сахаром №376	200/15	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	26,0	28,5	79,1	659,9		
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	4,3	4,5	46,7	244,8		
Всего за день:		30,3	33,0	125,8	904,7		136,99

Зав. производством:

Суров

Экономист по ценам:

Р



МЕНЮ

на

05.10. 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-8							
Завтрак 1							
Каша геркулесовая вязкая с маслом № 302	200/5	8,1	11,5	40,8	300,0	302/2004	
Сыр (порциями) № 97	15	4,0	4,0	4,1	54,0	97/2004	
Яйцо вареное вкрутую №337	1 шт	5,5	5,0	0,3	68,6	337/2004	
Чай с сахаром и лимоном № 337	200/15 /7	0,3	0,0	15,2	60,0	337/2011	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	517	20,9	20,7	79,9	574,5		
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:		19,8	19,3	117,1	727,2		136,99
ЗАВТРАКИ для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-8							
Завтрак 1							
Каша геркулесовая вязкая с маслом № 302	250/10	10,1	14,4	59,8	338,5	302	
Сыр (порциями) № 97	15	4,0	4,0	4,1	54,0	97/2004	
Яйцо вареное вкрутую №337	1шт	5,5	5,0	0,3	68,6	337	
Чай с сахаром и лимоном № 337	200/15 /7	0,3	0,0	15,2	60,0	337/2011	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,4	114,8	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	567	22,9	23,6	98,9	614,0		
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:		23,3	23,3	148,5	829,0		136,99

Зав. производством:

Муром

Экономист по ценам:

Л



«Утверждаю»
 Директор ООО «Венера»
 Погосова А.В.
 Для документа
 на

МЕНЮ

06.10. 2022г.

ЗАВТРАКИ для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийно сть	№ по сборнику рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-9							
Завтрак 1							
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	60	1,3	0,4	7,7	37,0	ТТК №1,2,3,4, 5	
Фрикадельки из птицы с соусом №297/593	90/30	16,0	12,8	8,0	191,4	297/593	20112004
Рис припущенный №305	150	3,6	4,3	36,7	200,0	305	2004
Чай с сахаром № 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:	585	24,1	17,7	86,9	580,8		
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:		27,5	22,0	115,6	743,2		136,99
ЗАВТРАКИ для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-9							
Завтрак 1							
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	100	2,2	0,4	12,8	61,7	ТТК №1,2,3,4, 5	
Фрикадельки из птицы с соусом №297/593	100/30	17,8	14,2	8,9	212,7	297/593	20112004
Рис припущенный №305	180	4,3	5,2	44,0	220,0	305	2004
Чай с сахаром № 685	200/15	0,2	0,0	15,0	60,5	685	2004
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,4	114,8	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	675	28,2	20,1	105,1	669,0		
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	46,1	228,4		
Всего за день:		32,7	25,7	140,8	894,8		136,99

Зав. производством: *Суров* Экономист по ценам: *А.В.*



«Согласовано»
 СОШ
 х. Красный Сад
 МОУ
 №



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

МЕНЮ

на 07.10. 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							
Каша вязкая из риса и пшена дружба №175	200	5,0	10,1	30,5	260,8	175/2004	
Бутерброд с повидлом №2	40/10/ 30	3,3	7,3	31,0	247,3	2/2004	
Чай с сахаром и лимоном №377	200/15 /7	0,3	0,0	15,2	60,0	377/2011	
Итого за прием пищи:	502	8,6	17,4	76,7	568,1		
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:		10,5	22,5	110,2	757,8		136,99
ЗАВТРАКИ для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-10							
Завтрак 1							
Каша вязкая из риса и пшена дружба №175	250	6,9	15,1	43,4	364,0	175/2004	
Бутерброд с повидлом №2	40/10/ 30	3,3	7,3	31,0	247,3	2/2004	
Чай с сахаром и лимоном №377	200/15 /7	0,3	0,0	15,2	60,0	377/2011	
Итого за прием пищи:	552	10,5	22,4	89,6	671,5		
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	2,8	7,9	39,0	239,9		
Всего за день:		13,3	30,3	128,6	911,4		136,99

Зав. производством: *Мускат*

Экономист по ценам: *М*



№



МЕНЮ

на 26.09. 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-1							
Каша молочная рисовая №174	200/5	5,6	9,8	30,6	273,2	174/2004	
Бутерброд с повидлом №2	40/10/30	3,3	7,3	31,0	247,3	2/2004	
Чай с сахаром №376	200/15	0,1	0,0	14,8	59,3	376/2011	
Итого за прием пищи:	500	9,0	17,1	76,4	579,8		100,19
ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-1							
Каша молочная рисовая №174	250/5	7,0	12,3	38,3	341,5	174/2004	
Бутерброд с повидлом №2	40/10/30	3,3	7,3	31,0	247,3	2/2004	
Чай с сахаром №376	200/15	0,1	0,0	14,8	59,3	376/2011	
Итого за прием пищи:	550	10,4	19,6	83,3	628,9		100,19

Зав. производством: *А. Суслов*

Экономист по ценам: *А. В. Погосова*



№

«Утверждаю»

Директор ООО «Венера»

Погосова А.В.



на 27.09.2022г.

МЕНЮ

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 с соусом 2-вариант №462/593	90/30	9,4	18,8	14,3	223,2	462/593/ 2011	
Каша гречневая рассыпчатая № 302	150	6,1	4,8	27,8	178,2	302/2016	
Чай с сахаром и лимоном №377	200/15 /7	0,3	0,0	15,2	60,0	377/2004	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	532	18,8	23,8	76,8	553,5		100,19
ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-2							
Тефтели с соусом 2-вариант №462/593	100/30	17,8	14,2	9,0	212,0	462/593/ 2011	
Каша гречневая рассыпчатая № 302	180	7,4	5,8	30,9	214,0	302/2016	
Чай с сахаром и лимоном №377	2200/1 5/700	0,2	0,0	15,0	60,5	377/2004	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	582	21,7	28,1	89,0	669,9		100,19

Зав. производством:

А. Суров

Экономист по ценам:

А. Суров



«Согласовано»
 МОУ СОШ №1
 Директор МОУ
 х. Красный Сад



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

МЕНЮ

на 28.09 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-3							
Каша молочная манная жидкая с маслом №311	200/10	5,5	6,8	33,6	242,1	311/2004	
Яйцо вареное вкрутую №337	1 шт	5,5	5,0	0,3	68,6	337/200 4	
Кофейный напиток с молоком №692	200	2,5	3,6	28,7	152,0	692/2011	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	500	17,2	15,7	87,0	577,5		100,19
ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-3							
Каша молочная манная жидкая с маслом №311	250/10	6,9	7,9	42,0	283,2	311/2004	
Яйцо вареное вкрутую №337	1 шт	5,5	5,0	0,3	68,6	337/200 4	
Кофейный напиток с молоком №692	200	2,5	3,6	28,7	152,0	692/2011	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	552	14,5	19,7	81,5	558,6		100,19

Зав. производством:

Игорь

Экономист по ценам:

А



«Утверждено»

Директор МОУ

№

МОУ

СОЦ

х. Красный

Сад



«Утверждаю»

Директор ООО «Венера»

Погосова А.В.

МЕНЮ

на 29.09 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-4							
Овощи по сезону(огурец свежий, помидор свежий, Капуста квашенная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	60	1,3	0,4	7,7	37,0		
Котлета рыбная Любительская № 390	90	12,2	8,2	14,3	179,8	390/2004	
Картофель отварной или картофельное пюре № 125/128	150	3,1	7,4	21,6	164,8	125/128/ 2011	
Чай с сахаром №376	200/15	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:	555	19,8	20,8	73,4	479,0		100,19
ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-4							
Овощи по сезону(огурец свежий, помидор свежий, Капуста квашенная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	100	2,2	0,6	12,8	61,7		
Котлета рыбная Любительская № 390	100	13,7	14,2	10,9	140,0	390/2004	
Картофель отварной или картофельное пюре №125/128	200	4,2	9,9	28,6	219,8	125/128/ 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:	645	23,4	24,0	88,8	573,6		100,19

Зав. производством:

Лунин

Экономист по ценам:

А



«Утверждено»

Директор МОУ

№



«Утверждаю»

Директор ООО «Венера»

Погосова А.В.

МЕНЮ

на 30.09. 2022г.

**ЗАВТРАК для обучающихся
возрастной группы 7-11 лет**

ВАРИАНТ-5

Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)

	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорий ность	№ по сборнику рецептур	Цена руб
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	60	1,3	0,4	7,7	37,0	ТТК №1,2,3, 4,5	
Плов из птицы №492	200	20,4	25,3	36,5	389,0	492/200 4	
Чай с сахаром каркаде №685	200	0,2	0,0	15,0	60,5	685/201 1	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	500	24,9	25,9	78,7	578,4		100,19

**ЗАВТРАК для обучающихся
возрастной группы 12-18 лет**

ВАРИАНТ-5

Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)

Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	100	2,2	0,6	12,8	61,7	ТТК № 1,2,3,4, 5	
Плов из птицы №492	230	23,5	29,1	42,0	437,2	492/200 4	
Чай с сахаром каркаде №685	200	0,2	0,0	15,0	60,5	685/201 1	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	580	29,6	30,0	94,2	674,2		100,19

Зав. производством:

Суров

Экономист по ценам:

В



«Согласовано»

МОУ СОШ №1
Директор МОУ
Х. Красный
Сад

№



«Утверждаю»

Директор ООО «Венера»

Погосова А.В.

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-6							
Каша молочная пшеничная вязкая №302	200	7,6	7,2	23,2	267,0	302/2004	
Фрукты свежие (Яблоко) № 338	200	0,8	0,8	19,0	91,2	338/2011	
Чай с молоком №378	200	1,6	1,6	17,3	87,0	378/2011	
Бутерброд с маслом №1	30/10	2,3	5,5	14,7	145,9	ТТК № 1	
Итого за прием пищи:	590	12,1	14,9	69,5	568,3		100,19
ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-6							
Каша молочная пшеничная вязкая №302	250	9,5	9,0	29,0	333,8	302/2004	
Фрукты свежие (Яблоко) № 338	200	0,4	0,8	19,0	91,2	338/2011	
Чай с молоком №378	200/15	0,1	0,0	14,8	59,3	376/2011	
Бутерброд с маслом №1	40/10	3,7	5,5	19,6	168,9	ТТК № 1	
Итого за прием пищи:	650	15,4	16,7	80,2	658,1		100,19

Зав. производством:

Суров

Экономист по ценам:

д



№ _____



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-7							
Котлета рубленая из птицы № 294	90	14,6	18,7	13,6	235,8	294/2011	
Макаронные изделия отварные № 203	150	5,5	5,7	33,3	206,4	203/2011	
Соус томатный № 593	30	0,2	0,7	1,5	13,2	593/2004	
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:	515	22,6	25,3	77,8	570,8		100,19
ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-7							
Котлета рубленая из птицы №294	100	16,2	20,8	15,1	247,8	294/2011	
Макаронные изделия отварные №203	180	6,6	6,9	39,9	247,6	203/2011	
Соус томатный № 593	30	0,2	0,7	1,5	13,2	593/2016	
Чай с сахаром №376	200/15	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	26,0	28,5	79,1	659,9		100,19

Зав. производством:

Суров

Экономист по ценам:

А



Согласовано
МОУ СО Директор МОУ
№

«Утверждаю»
Директор ООО «Венера»
Погосова 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-8							
Каша геркулесовая вязкая с маслом № 302	200/5	8,1	11,5	40,8	300,0	302/200 4	
Сыр (порциями) № 97	15	4,0	4,0	4,1	54,0	97/2004	
Яйцо вареное вкрутую №337	1 шт	5,5	5,0	0,3	68,6	337/200 4	
Чай с сахаром и лимоном № 337	200/15 /7	0,3	0,0	15,2	60,0	337/201 1	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	517	20,9	20,7	79,9	574,5		100,19
ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-8							
Каша геркулесовая вязкая с маслом № 302	250/10	10,1	14,4	59,8	338,5	302 2004	
Сыр (порциями) № 97	15	4,0	4,0	4,1	54,0	97/2004	
Яйцо вареное вкрутую №337	1шт	5,5	5,0	0,3	68,6	337	2004
Чай с сахаром и лимоном № 337	200/15 /7	0,3	0,0	15,2	60,0	337/201 1	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,4	114,8	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	567	22,9	23,6	98,9	614,0		100,19

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



МЕНЮ

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							
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	60	1,3	0,4	7,7	37,0	ТТК №1,2,3,4,5	
Фрикадельки из птицы с соусом №297/593	90/30	16,0	12,8	8,0	191,4	297/593	20112004
Рис припущенный №305	150	3,6	4,3	36,7	200,0	305	2011
Чай с сахаром № 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:	585	24,1	17,7	86,9	580,8		100,19
ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	100	2,2	0,4	12,8	61,7	ТТК №1,2,3,4,5	
Фрикадельки из птицы с соусом №297/593	100/30	17,8	14,2	8,9	212,7	297/593	20112004
Рис припущенный №305	180	4,3	5,2	44,0	220,0	305	2011
Чай с сахаром № 685	200/15	0,2	0,0	15,0	60,5	685	2004
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,4	114,8	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	675	28,2	20,1	105,1	669,0		100,19

Зав. производством: *Суров* Экономист по ценам:



№



«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-10							
Каша вязкая из риса и пшена дружба№175	200	5,0	10,1	30,5	260,8	175/200 4	
Бутерброд с повидлом №2	40/10/ 30	3,3	7,3	31,0	247,3	2/2004	
Чай с сахаром и лимоном №377	200/15 /7	0,3	0,0	15,2	60,0	377/201 1	
Итого за прием пищи:	502	8,6	17,4	76,7	568,1		100,19
ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-10							
Каша вязкая из риса и пшена дружба№175	250	6,9	15,1	43,4	364,0	175/200 4	
Бутерброд с повидлом №2	40/10/ 30	3,3	7,3	31,0	247,3	2/2004	
Чай с сахаром и лимоном №377	200/15 /7	0,3	0,0	15,2	60,0	377/201 1	
Итого за прием пищи:	552	10,5	22,4	89,6	671,5		100,19

Зав. производством: *Сухан*

Экономист по ценам: *д*