



№

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



МЕНЮ

2023г.

ОБЕД для обучающихся возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность	№ по сборнику рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-1							
Помидор свежий	60		0,4	7,7	37,0	ТТК № 2	
		1,3					
Щи из свежей капусты с картофелем №88	200	1,5	4,0	7,4	72,2	88/2011	
Фрикадельки из птицы с соусом №297/593	90/30	16,0	12,8	8,0	191,4	297/593/20 04/2011	
Каша гречневая вязкая № 302	150	6,1	4,8	27,8	178,2	302/2004	
Компот из смеси сухофруктов №349	200	0,4	0,0	30,8	126,5	349/2011	
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	
Итого за прием пищи:	820	31,5	22,7	122,5	799,3		95,25
ОБЕД для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-1							
Помидор свежий	100		0,7	12,8	62,0	ТТК № 2	
		2,2					
Щи из свежей капусты с картофелем №88	250	1,9	2,8	12,1	87,5	88/2011	
Фрикадельки из птицы с соусом №297/593	100/30	20,4	25,3	36,5	454,9	492/2004	
Каша гречневая вязкая № 302	180	5,8	7,4	33,6	216,7	302/2004	
Компот из смеси сухофруктов №349	200	0,4	0,0	30,8	126,5	349/2011	
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	
Итого за прием пищи:	950	34,5	28,0	136,2	902,2		95,25

Зав. производством:

Экономист по ценам:



№

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



МЕНЮ

2023г.

ОБЕД для обучающихся возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность на 100г	№ по сборнику рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-2							
Свекла отварная	60	0,5	0,1	1,0	7,6	ТТК № 5	
Суп картофельный с крупой (рис) №101	200	1,5	2,2	9,7	70,0	101/2011	
Котлета рубленая из птицы №294	90	14,6	18,7	13,6	223,0	294/2004	
Макаронные изделия отварные с маслом №203	150	5,5	5,7	33,3	206,4	203/2011	
Кисель из повидла №647	200	0,1	0,0	28,2	95,3	647/2004	
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		95,25
ОБЕД для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-2							
Свекла отварная	60	0,5	0,1	1,0	7,6	ТТК № 5	
Суп картофельный с крупой (рис) №101	250	1,9	2,8	12,1	87,5	101/2011	
Котлета рубленая из птицы №294	100	16,2	20,8	15,1	247,8	294/2004	
Макаронные изделия отварные с маслом №203	180	6,5	6,8	28,2	247,7	203/2011	
Кисель из повидла №647	200	0,1	0,0	28,2	95,3	647/2004	
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		95,25

Зав. производством:

Экономист по ценам:



№

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

**МЕНЮ**

на 2023г.

ОБЕД для обучающихся возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорий ность	№ по сборнику рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-3							
Помидор свежий	60	0,5	0,1	1,0	7,6	ТТК 2	
Суп из овощей №135	200	1,5	3,0	8,9	68,3	135/2004	
Котлета рыбная Любительская №390	90	12,0	12,8	9,8	126,0	390/2004	
Картофель отварной или картофельное пюре №125/128	150	4,0	4,0	39,4	210,8	125/128/ 2011	
Компот из свежих плодов №631	200	0,2	0,2	27,1	111,1	631/2004	
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	
Итого за прием пищи:	790	24,4	20,8	127,0	717,8		95,25
ОБЕД для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-3							
Помидор свежий	100	2,2	0,7	12,8	62,0	ТТК 2	
Суп из овощей №135	250	1,9	3,8	11,1	85,4	135/2004	
Котлета рыбная Любительская №390	100	13,3	14,2	10,9	140,0	390/2004	
Картофель отварной или картофельное пюре №125	180	4,7	4,7	47,3	237,4	125/128/ 2011	
Компот из свежих плодов №631	200	0,2	0,2	27,1	111,1	631/2004	
Хлеб пшеничный	60	4,4	0,4	29,2	137,8	ТТК № 6	
Хлеб пеклеванный	50	3,2	0,4	20,6	98,9	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	940	29,9	24,4	159,0	872,6		95,25

Зав. производством:

Экономист по ценам:



№

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



МЕНЮ

2023г.

ОБЕД для обучающихся возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорий- ность	№ по сборнику рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-4							
Помидор свежий	60	0,5	0,1	1,0	7,6	ТТК № 2	
Суп картофельный с макаронными изделиями №103	200	2,3	2,2	16,1	94,0	103/2011	
Плов из птицы №492	200	20,4	25,3	36,5	389,0	492/2004	
Компот из смеси сухофруктов №349	200	0,4	0,0	30,8	126,5	349/2011	
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	
Итого за прием пищи:	750	29,8	28,3	125,2	811,1		95,25
ОБЕД для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-4							
Помидор свежий	100	0,8	0,2	1,7	12,7	ТТК № 2	
Суп картофельный с макаронными изделиями №103	250	2,9	2,8	20,1	117,5	103/2011	
Плов из птицы №492	230	23,5	29,1	42,0	437,2	492/2004	
Компот из смеси сухофруктов №349	200	0,4	0,0	30,8	126,5	349/2011	
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	
Итого за прием пищи:	870	33,8	32,8	135,4	887,9		95,25

Зав. производством:

Экономист по ценам:



№

**МЕНЮ**

на

2023г.

ОБЕД для обучающихся возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорий ность	№ по сборнику рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-5							
Свекла отварная	60	0,5	0,1	1,0	7,6	ТТК № 5	
Борщ с капустой и картофелем	200	1,6	4,0	10,4	84,5	82/2011	
Тефтели с соусом 2- вариант №462/593	90	13,9	11,2	8,0	187,3	462/593/ 2004	
Каша ячневая вязкая №302	150	4,8	6,2	28,0	180,6	302/2004	
Кисель из повидла №647	200	0,1	0,0	28,2	95,3	647/2004	
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:	810	21,9	29,7	117,9	762,3		95,25
ОБЕД для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-5							
Свекла отварная	100	0,8	0,2	1,7	12,7	ТТК № 5	
Борщ с капустой и картофелем	250	1,6	4,0	10,4	84,5	82/2011	
Тефтели с соусом 2- вариант №462/593	100/30	10,4	22,0	15,9	281,3	462/593/ 2004	
Каша ячневая вязкая №302	30	0,2	0,7	1,5	13,2	363/2016	
Кисель из повидла №647	180	7,4	5,7	33,4	213,9	341/2016	
Кисель из повидла №360	200	0,1	0,0	28,2	110,3	360/2011	
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	
Итого за прием пищи:	950	24,9	34,3	130,6	884,5		95,25

Зав. производством:

Экономист по ценам:



№

**МЕНЮ**

на 2023г.

ОБЕД для обучающихся возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорий- ность	№ по сборнику рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-6							
Помидор свежий	60	0,5	0,1	1,0	7,6	ТТК № 2	
Суп картофельный с горохом №102	200	4,6	4,4	15,2	117,8	102/2011	
Птица тушенная с овощами №488	200	12,9	22,6	14,4	329,0	488/2004	
Компот из смеси сухофруктов (изюм) №348	200	0,5	0,1	27,4	112,6	348/2011	
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	
Итого за прием пищи:	750	24,7	27,9	98,8	761,0		95,25
ОБЕД для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-6							
Помидор свежий	100	0,8	0,2	1,7	12,7	ТТК № 2	
Суп картофельный с горохом №102	250	5,8	5,4	19,0	147,3	102/2011	
Птица тушенная с овощами №488	230	14,8	26,0	16,6	378,4	488/2004	
Компот из смеси сухофруктов (изюм) №348	200	0,5	0,1	27,4	112,6	348/2011	
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	
Итого за прием пищи:	870	28,1	32,5	105,5	845,0		95,25

Зав. производством:

Экономист по ценам:



№

**МЕНЮ**

на 2023г.

ОБЕД для обучающихся возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорий ность	№ по сборнику рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-7							
Помидор свежий	60	0,5	0,1	1,0	7,6	ТТК № 2	
Суп из овощей №135	200	1,5	3,0	8,9	68,3	135/2004	
Котлета рубленая из курицы №294	90	14,6	18,7	13,6	281,6	294/2011	
Макаронные изделия отварные №203	150	4,0	4,2	24,6	152,4	303/2011	
Компот из свежих плодов №631	200	0,7	0,3	28,8	132,5	398/2011	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,1	ТТК № 6	
Хлеб пеклеванный	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	700	27,8	28,3	119,9	786,7		95,25
ОБЕД для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-7							
Помидор свежий	100	0,8	0,2	1,7	12,7	ТТК № 2	
Суп из овощей №135	250	1,9	3,8	11,1	85,4	135/2004	
Котлета рубленая из курицы №294	100	16,2	20,8	15,1	312,8	294/2011	
Макаронные изделия отварные №203	180	6,5	6,8	28,2	247,7	203/2011	
Компот из свежих плодов №631	200	0,2	0,2	27,1	111,1	631/2011	
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	
Итого за прием пищи:	920	31,8	32,5	124,0	898,7		95,25

Зав. производством:

Экономист по ценам:



№



Погосова А.В.

МЕНЮ

на 2023г.

ОБЕД для обучающихся возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорий ность	№ по сборнику рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-8							
Свекла отварная	60	0,5	0,1	1,0	7,6	ТТК №5	
Суп картофельный с макаронными изделиями №103	200	2,3	2,2	16,1	94,0	103/2011	
Плов из птицы №492	200	20,4	25,3	36,5	389,0	492/2004	
Компот из смеси сухофруктов №349	200	0,4	0,0	30,8	126,5	349/2011	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,1	ТТК № 6	
Хлеб пеклеванный	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	740	29,1	28,2	120,4	787,4		95,25
ОБЕД для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-8							
Свекла отварная	100	0,8	0,2	1,7	12,7	ТТК №5	
Суп картофельный с макаронными изделиями №103	250	2,8	2,9	19,9	117,6	103/2011	
Плов из птицы №492	230	23,5	29,1	42,0	437,2	492/2004	
Компот из смеси сухофруктов №349	200	0,4	0,0	30,8	126,5	349/2011	
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	
Итого за прием пищи:	870	33,8	32,8	135,4	887,9		95,25

Зав. производством:

Экономист по ценам:



№



Погосова А.В.

МЕНЮ

2023г.

ОБЕД для обучающихся возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорий ность	№ по сборнику рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-9							
Помидор свежий	60	0,5	0,1	1,0	7,6	ТТК № 2	
Щи из свежей капусты с картофелем №88	200	1,5	4,0	7,4	72,2	88/2011	
Тефтели с соусом 2- вариант №462/593	90/30	9,4	18,8	14,3	223,2	462/593/ 2004	
Каша гречневая вязкая №302	150	6,1	4,8	27,8	178,2	302/2004	
Кисель из повидла №647	200	0,1	0,0	28,2	110,3	647/2004	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6	
Хлеб пеклеванный	50	3,2	0,4	20,6	98,9	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	800	24,5	28,4	123,6	805,2		95,25
ОБЕД для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-9							
Помидор свежий	100	0,8	0,1	1,6	12,6	ТТК № 2	
Щи из свежей капусты с картофелем №88	250	1,9	5,1	9,3	90,5	88/2011	
Тефтели с соусом 2- вариант №462/593	100/30	10,4	22,0	15,9	281,3	462/593/ 2004	
Каша гречневая вязкая №302	180	5,8	7,4	33,6	216,7	302/2004	
Кисель из повидла №647	200	0,1	0,0	28,2	110,3	647/2004	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6	
Хлеб пеклеванный	50	3,2	0,4	20,6	98,9	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	960	25,9	35,3	133,6	925,0		95,25

Зав. производством:

Экономист по ценам:



МЕНЮ

на 2023г.

ОБЕД для обучающихся возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность	№ по сборнику рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-10							
Помидор свежий	60	0,5	0,1	1,0	7,6	ТТК № 2	
Суп картофельный с горохом №102	200	4,6	4,4	15,2	117,8	102/2011	
Котлета рыбная Любительская №390	90	12,2	12,8	9,8	126,0	390/2004	
Картофель отварной или картофельное пюре №125/128	150	6,1	4,8	27,8	178,2	125/128/2011	
Компот из свежих плодов №631	200	0,2	0,2	19,5	91,9	631/2004	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6	
Хлеб пеклеваный	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	780	26,8	22,1	120,9	725,2		95,25
ОБЕД для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-10							
Помидор свежий	100	0,8	0,1	1,6	12,6	ТТК № 2	
Суп картофельный с горохом №102	250	5,8	5,4	19,0	147,3	102/2011	
Котлета рыбная Любительская №390	100	13,3	14,2	10,9	140,0	390/2004	
Картофель отварной или картофельное пюре №125/128	180	4,7	4,7	47,3	237,4	125/128/2011	
Компот из свежих плодов №631	200	0,4	0,0	30,8	126,5	631/2004	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6	
Хлеб пеклеваный	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	920	31,0	25,5	135,4	823,3		95,25

Зав. производством:

Экономист по ценам: