



копия Верна  
Или-



## МЕНЮ

1 день

| Питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов возрастной группы 7-11 лет  | Выход<br>г | Белки,<br>г  | Жиры,<br>г   | Углево<br>ды,<br>г | Калорийност<br>ь | № рецептуры | Сбор<br>ник<br>рецептур | Цена<br>руб   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------------|------------------|-------------|-------------------------|---------------|
| <b>ВАРИАНТ-1</b>                                                                                        |            |              |              |                    |                  |             |                         |               |
| <b>Завтрак</b>                                                                                          |            |              |              |                    |                  |             |                         |               |
| КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА "ДРУЖБА" С МАСЛОМ                                                         | 200        | 4,18         | 3,56         | 22,76              | 139,80           | ТТК №103    |                         |               |
| БЛИНЧИКИ С МОЛОКОМ ЦЕЛЬНЫМ СГУЩЕННЫМ С САХАРОМ                                                          | 90         | 8,49         | 12,39        | 30,41              | 267,11           | ТТК №387    |                         |               |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                                                                           | 200        | 0,1          | 0,03         | 10,67              | 42,57            | ТТК №302    |                         |               |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                                                          | 40         | 3,16         | 0,40         | 19,32              | 94,0             | ТТК №6      |                         |               |
| <b>ИТОГО:</b>                                                                                           | <b>530</b> | <b>15,93</b> | <b>16,38</b> | <b>83,16</b>       | <b>543,48</b>    |             |                         |               |
| <b>Полдник</b>                                                                                          |            |              |              |                    |                  |             |                         |               |
| СЛАДКАЯ БУЛОЧКА                                                                                         | 100        | 7,84         | 10,09        | 56,42              | 348,11           | ТТК №631    |                         |               |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА                                                                                       | 200        | 0,10         | 0,00         | 28,20              | 110,30           | 360         | 2011                    |               |
| <b>Итого:</b>                                                                                           | <b>300</b> | <b>7,94</b>  | <b>10,09</b> | <b>84,62</b>       | <b>458,41</b>    |             |                         |               |
| <b>Всего:</b>                                                                                           | <b>830</b> | <b>23,87</b> | <b>26,47</b> | <b>167,78</b>      | <b>1001,89</b>   |             |                         | <b>160-66</b> |
| Питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов возрастной группы 12-18 лет |            |              |              |                    |                  |             |                         |               |
| <b>ВАРИАНТ-1</b>                                                                                        |            |              |              |                    |                  |             |                         |               |
| <b>Завтрак</b>                                                                                          |            |              |              |                    |                  |             |                         |               |
| КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА "ДРУЖБА" С МАСЛОМ                                                         | 250        | 5,45         | 5,53         | 34,13              | 208,09           | ТТК №103    |                         |               |
| БЛИНЧИКИ С МОЛОКОМ ЦЕЛЬНЫМ СГУЩЕННЫМ С САХАРОМ                                                          | 90         | 8,49         | 12,39        | 30,41              | 267,11           | ТТК №387    |                         |               |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                                                                           | 200        | 0,1          | 0,03         | 10,67              | 42,57            | ТТК №302    |                         |               |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                                                          | 40         | 3,16         | 0,4          | 19,32              | 94,0             | ТТК №6      |                         |               |
| <b>ИТОГО:</b>                                                                                           | <b>580</b> | <b>17,20</b> | <b>18,35</b> | <b>94,53</b>       | <b>611,77</b>    |             |                         |               |
| <b>Полдник</b>                                                                                          |            |              |              |                    |                  |             |                         |               |
| СЛАДКАЯ БУЛОЧКА                                                                                         | 150        | 10,46        | 14,45        | 80,87              | 495,80           | ТТК №631    |                         |               |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА                                                                                       | 200        | 0,10         | 0,00         | 28,20              | 110,30           | 360         | 2011                    |               |
| <b>Итого:</b>                                                                                           | <b>350</b> | <b>10,56</b> | <b>14,45</b> | <b>109,07</b>      | <b>606,10</b>    |             |                         |               |
| <b>Всего:</b>                                                                                           | <b>930</b> | <b>27,76</b> | <b>32,80</b> | <b>203,60</b>      | <b>1217,87</b>   |             |                         | <b>160-66</b> |

Зав. производством:

Экономист по ценам:

копия верна  
ИИИ -

«Согласовано»

Директор МОУ

№ 15



«Утверждаю»

«Венера»

Директор ООО «Венера»

Иванова И.В.

## МЕНЮ

2 день

| Питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов возрастной группы 7-11 лет  | Выход<br>г | Белки,<br>г  | Жиры,<br>г   | Углево<br>ды,<br>г | Калорийност<br>ь | №<br>рецептуры | Сбор<br>ник<br>рецепту<br>р | Цена<br>руб   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------------|------------------|----------------|-----------------------------|---------------|
| <b>ВАРИАНТ-2</b>                                                                                        |            |              |              |                    |                  |                |                             |               |
| <b>Завтрак</b>                                                                                          |            |              |              |                    |                  |                |                             |               |
| КОТЛЕТА ДОМАШНЯЯ                                                                                        | 90         | 9,83         | 13,25        | 12,20              | 207,37           | ТТК<br>№896    |                             |               |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                                                                             | 160        | 5,94         | 3,02         | 28,13              | 163,46           | ТТК<br>№129    |                             |               |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                                                                                 | 200        | 0,15         | 0,04         | 10,82              | 44,22            | ТТК<br>№301    |                             |               |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                                                          | 50         | 3,83         | 0,49         | 23,43              | 113,98           | ТТК<br>№6      |                             |               |
| <b>ИТОГО:</b>                                                                                           | <b>500</b> | <b>19,75</b> | <b>16,80</b> | <b>74,58</b>       | <b>529,03</b>    |                |                             |               |
| <b>Полдник</b>                                                                                          |            |              |              |                    |                  |                |                             |               |
| ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ                                                                            | 100        | 7,11         | 5,50         | 47,30              | 267,60           | ТТК<br>№632    |                             |               |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ                                                                              | 200        | 2,30         | 1,30         | 25,90              | 123,50           | 692            | 2004                        |               |
| <b>Итого:</b>                                                                                           | <b>300</b> | <b>9,41</b>  | <b>6,80</b>  | <b>73,20</b>       | <b>391,10</b>    |                |                             |               |
| <b>Всего:</b>                                                                                           | <b>800</b> | <b>29,16</b> | <b>23,60</b> | <b>147,78</b>      | <b>920,13</b>    |                |                             | <b>160-66</b> |
| Питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов возрастной группы 12-18 лет |            |              |              |                    |                  |                |                             |               |
| <b>ВАРИАНТ-2</b>                                                                                        |            |              |              |                    |                  |                |                             |               |
| <b>Завтрак</b>                                                                                          |            |              |              |                    |                  |                |                             |               |
| КОТЛЕТА ДОМАШНЯЯ                                                                                        | 100        | 11,48        | 13,49        | 13,56              | 221,57           | ТТК<br>№896    |                             |               |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                                                                             | 200        | 7,42         | 4,02         | 38,16              | 218,50           | ТТК<br>№129    |                             |               |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                                                                                 | 200        | 0,15         | 0,04         | 10,82              | 44,22            | ТТК<br>№301    |                             |               |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                                                          | 50         | 3,83         | 0,49         | 23,43              | 113,98           | ТТК<br>№6      |                             |               |
| <b>ИТОГО:</b>                                                                                           | <b>550</b> | <b>22,88</b> | <b>18,04</b> | <b>85,97</b>       | <b>598,27</b>    |                |                             |               |
| <b>Полдник</b>                                                                                          |            |              |              |                    |                  |                |                             |               |
| ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ                                                                            | 150        | 10,46        | 8,07         | 69,73              | 393,80           | ТТК<br>№632    |                             |               |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ                                                                              | 200        | 2,30         | 1,30         | 25,90              | 123,50           | 692            | 2004                        |               |
| <b>Итого:</b>                                                                                           | <b>350</b> | <b>12,76</b> | <b>9,37</b>  | <b>95,63</b>       | <b>517,30</b>    |                |                             |               |
| <b>Всего:</b>                                                                                           | <b>900</b> | <b>35,64</b> | <b>27,41</b> | <b>181,60</b>      | <b>1115,57</b>   |                |                             | <b>160-66</b> |

Зав. производством:

Экономист по ценам: ✓



копия верна  
ИИЦ -



## МЕНЮ

3 день

03.09.25

| Питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов возрастной группы 7-11 лет  | Выход<br>г | Белки,<br>г  | Жиры,<br>г   | Углево-<br>ды,<br>г | Калорийность   | № рецептуры     | Сбор-<br>ник<br>рецептур | Цена<br>руб   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------------|----------------|-----------------|--------------------------|---------------|
| <b>ВАРИАНТ-3</b>                                                                                        |            |              |              |                     |                |                 |                          |               |
| <b>Завтрак</b>                                                                                          |            |              |              |                     |                |                 |                          |               |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                                                                           | 100        | 0,78         | 0,10         | 1,66                | 12,65          | ТТК<br>№1       |                          |               |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                                                                                           | 150        | 13,0         | 14,64        | 31,57               | 310,04         | ТТК<br>№67      |                          |               |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ                                                                                   | 200        | 0,01         | 0,00         | 10,71               | 42,81          | ТТК<br>№241     |                          |               |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                                                          | 50         | 3,83         | 0,49         | 23,43               | 113,98         | ТТК<br>№6       |                          |               |
| <b>ИТОГО:</b>                                                                                           | <b>500</b> | <b>17,64</b> | <b>15,23</b> | <b>67,41</b>        | <b>477,73</b>  |                 |                          |               |
| <b>Полдник</b>                                                                                          |            |              |              |                     |                |                 |                          |               |
| ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ВИШНЕЙ                                                                                | 100        | 6,46         | 6,40         | 61,98               | 332,66         | ТТК<br>№63<br>3 |                          |               |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблок)                                                                         | 200        | 0,20         | 0,20         | 27,50               | 112,70         | 342             | 2011                     |               |
| <b>Итого:</b>                                                                                           | <b>300</b> | <b>6,66</b>  | <b>6,60</b>  | <b>89,48</b>        | <b>445,36</b>  |                 |                          |               |
| <b>Всего:</b>                                                                                           | <b>800</b> | <b>24,30</b> | <b>21,83</b> | <b>156,89</b>       | <b>923,09</b>  |                 |                          | <b>160-66</b> |
| Питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов возрастной группы 12-18 лет |            |              |              |                     |                |                 |                          |               |
| <b>ВАРИАНТ-3</b>                                                                                        |            |              |              |                     |                |                 |                          |               |
| <b>Завтрак</b>                                                                                          |            |              |              |                     |                |                 |                          |               |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                                                                           | 100        | 0,78         | 0,10         | 1,66                | 12,65          | ТТК<br>№1       |                          |               |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                                                                                           | 200        | 17,32        | 19,54        | 41,11               | 409,58         | ТТК<br>№67      |                          |               |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ                                                                                   | 200        | 0,01         | 0,00         | 10,71               | 42,81          | ТТК<br>№241     |                          |               |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                                                          | 50         | 3,83         | 0,49         | 23,43               | 113,98         | ТТК<br>№6       |                          |               |
| <b>ИТОГО:</b>                                                                                           | <b>550</b> | <b>21,96</b> | <b>20,13</b> | <b>76,95</b>        | <b>577,27</b>  |                 |                          |               |
| <b>Полдник</b>                                                                                          |            |              |              |                     |                |                 |                          |               |
| ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ВИШНЕЙ                                                                                | 150        | 8,79         | 8,49         | 85,95               | 456,90         | ТТК<br>№633     |                          |               |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблок)                                                                         | 200        | 0,20         | 0,20         | 27,50               | 112,70         | 342             | 2011                     |               |
| <b>Итого:</b>                                                                                           | <b>350</b> | <b>8,99</b>  | <b>8,69</b>  | <b>113,45</b>       | <b>569,60</b>  |                 |                          |               |
| <b>Всего:</b>                                                                                           | <b>900</b> | <b>30,95</b> | <b>28,82</b> | <b>190,40</b>       | <b>1146,87</b> |                 |                          | <b>160-66</b> |

Зав. производством:

Экономист по ценам: ✓



копия верна  
мш -



## МЕНЮ

4 день

| Питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов возрастной группы 7-11 лет  | Выход<br>г  | Белки,<br>г  | Жиры,<br>г   | Углево<br>ды,<br>г | Калорийность   | № рецептуры | Сбор<br>ник<br>реце<br>птур | Цена<br>руб   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|--------------|--------------|--------------------|----------------|-------------|-----------------------------|---------------|
| <b>ВАРИАНТ-4</b>                                                                                        |             |              |              |                    |                |             |                             |               |
| <b>Завтрак</b>                                                                                          |             |              |              |                    |                |             |                             |               |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ                                                                        | 200         | 9,36         | 11,39        | 26,14              | 244,51         | ТТК №515    |                             |               |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)                                                                                  | 180         | 0,70         | 0,70         | 17,11              | 82,06          | №338        | 2011                        |               |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                                                                           | 200         | 0,10         | 0,03         | 10,67              | 42,57          | ТТК №302    |                             |               |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                                                          | 50          | 3,83         | 0,49         | 23,43              | 113,98         | ТТК №6      |                             |               |
| ПЕЧЕНЬЕ                                                                                                 | 20          | 1,16         | 3,69         | 8,38               | 71,37          | ТТК №473    |                             |               |
| <b>ИТОГО:</b>                                                                                           | <b>650</b>  | <b>15,15</b> | <b>16,30</b> | <b>85,73</b>       | <b>554,49</b>  |             |                             |               |
| <b>Полдник</b>                                                                                          |             |              |              |                    |                |             |                             |               |
| ПЛЮШКА МОСКОВСКАЯ                                                                                       | 100         | 7,84         | 10,09        | 56,40              | 348,11         | ТТК №634    |                             |               |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА                                                                                       | 200         | 0,10         | 0,00         | 28,20              | 110,30         | 360         | 2011                        |               |
| <b>Итого:</b>                                                                                           | <b>300</b>  | <b>7,94</b>  | <b>10,09</b> | <b>84,60</b>       | <b>458,41</b>  |             |                             |               |
| <b>Всего:</b>                                                                                           | <b>950</b>  | <b>23,09</b> | <b>26,39</b> | <b>170,33</b>      | <b>1012,9</b>  |             |                             | <b>160-66</b> |
| Питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов возрастной группы 12-18 лет |             |              |              |                    |                |             |                             |               |
| <b>ВАРИАНТ-4</b>                                                                                        |             |              |              |                    |                |             |                             |               |
| <b>Завтрак</b>                                                                                          |             |              |              |                    |                |             |                             |               |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ                                                                        | 250         | 11,70        | 14,27        | 39,17              | 331,91         | ТТК №515    |                             |               |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)                                                                                  | 180         | 0,70         | 0,70         | 17,11              | 82,06          | №338        | 2011                        |               |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                                                                           | 200         | 0,10         | 0,03         | 10,67              | 42,57          | ТТК №302    |                             |               |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                                                          | 50          | 3,83         | 0,49         | 23,43              | 113,98         | ТТК №6      |                             |               |
| ПЕЧЕНЬЕ                                                                                                 | 20          | 1,16         | 3,69         | 8,38               | 71,37          | ТТК №473    |                             |               |
| <b>ИТОГО:</b>                                                                                           | <b>700</b>  | <b>17,49</b> | <b>19,18</b> | <b>98,76</b>       | <b>641,89</b>  |             |                             |               |
| <b>Полдник</b>                                                                                          |             |              |              |                    |                |             |                             |               |
| ПЛЮШКА МОСКОВСКАЯ                                                                                       | 150         | 10,83        | 14,79        | 83,22              | 509,76         | ТТК №634    |                             |               |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА                                                                                       | 200         | 0,10         | 0,00         | 28,20              | 110,30         | 360         | 2011                        |               |
| <b>Итого:</b>                                                                                           | <b>350</b>  | <b>10,93</b> | <b>14,79</b> | <b>111,42</b>      | <b>620,06</b>  |             |                             |               |
| <b>Всего:</b>                                                                                           | <b>1050</b> | <b>28,42</b> | <b>33,97</b> | <b>210,18</b>      | <b>1261,95</b> |             |                             | <b>160-66</b> |

Зав. производством:

Экономист по ценам:





«Согласовано»

Директор МОУ

№15

копия верна  
лиш-



Директор ООО «Венера»

Иванова И.В.

## МЕНЮ

5 день

05.09.25

| Питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов возрастной группы 7-11 лет  | Выход<br>г | Белки,<br>г  | Жиры,<br>г   | Углево<br>ды,<br>г | Калорийност<br>ь | №<br>рецептуры | Сбор<br>ник<br>рецеп<br>тур | Цена<br>руб   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------------|------------------|----------------|-----------------------------|---------------|
| <b>ВАРИАНТ-5</b>                                                                                        |            |              |              |                    |                  |                |                             |               |
| <b>Завтрак</b>                                                                                          |            |              |              |                    |                  |                |                             |               |
| СВЕКЛА ОТВАРНАЯ                                                                                         | 100        | 1,46         | 0,10         | 8,54               | 40,90            | ТТК №5         |                             |               |
| ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ                                                                      | 150        | 10,17        | 11,92        | 24,42              | 245,64           | ТТК №468       |                             |               |
| СКРЭМБЛ                                                                                                 | 60         | 5,12         | 7,51         | 1,03               | 92,19            | ТТК №925       |                             |               |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                                                                                 | 200        | 0,15         | 0,04         | 10,82              | 44,22            | ТТК №301       |                             |               |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                                                          | 40         | 3,16         | 0,40         | 19,32              | 94,00            | ТТК №6         |                             |               |
| <b>ИТОГО:</b>                                                                                           | <b>550</b> | <b>20,06</b> | <b>19,97</b> | <b>64,13</b>       | <b>516,95</b>    |                |                             |               |
| <b>Полдник</b>                                                                                          |            |              |              |                    |                  |                |                             |               |
| ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ                                                                            | 100        | 7,11         | 5,50         | 47,30              | 267,60           | ТТК №632       |                             |               |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ                                                                              | 200        | 2,30         | 1,30         | 25,90              | 123,50           | 692            | 2004                        |               |
| <b>Итого:</b>                                                                                           | <b>300</b> | <b>9,41</b>  | <b>6,80</b>  | <b>73,20</b>       | <b>391,10</b>    |                |                             |               |
| <b>Всего:</b>                                                                                           | <b>850</b> | <b>29,47</b> | <b>26,77</b> | <b>137,33</b>      | <b>908,05</b>    |                |                             | <b>160-66</b> |
| Питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов возрастной группы 12-18 лет |            |              |              |                    |                  |                |                             |               |
| <b>ВАРИАНТ-5</b>                                                                                        |            |              |              |                    |                  |                |                             |               |
| <b>Завтрак</b>                                                                                          |            |              |              |                    |                  |                |                             |               |
| СВЕКЛА ОТВАРНАЯ                                                                                         | 100        | 1,46         | 0,10         | 8,54               | 40,90            | ТТК №5         |                             |               |
| ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ                                                                      | 200        | 12,66        | 13,66        | 32,59              | 303,94           | ТТК №468       |                             |               |
| СКРЭМБЛ                                                                                                 | 60         | 5,12         | 7,51         | 1,03               | 92,19            | ТТК №925       |                             |               |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                                                                                 | 200        | 0,15         | 0,04         | 10,82              | 44,22            | ТТК №301       |                             |               |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                                                          | 50         | 3,83         | 0,49         | 23,43              | 113,98           | ТТК №6         |                             |               |
| <b>ИТОГО:</b>                                                                                           | <b>610</b> | <b>23,22</b> | <b>21,80</b> | <b>76,41</b>       | <b>595,23</b>    |                |                             |               |
| <b>Полдник</b>                                                                                          |            |              |              |                    |                  |                |                             |               |
| ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ                                                                            | 150        | 10,46        | 8,07         | 69,73              | 393,80           | ТТК №632       |                             |               |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ                                                                              | 200        | 2,30         | 1,30         | 25,90              | 123,50           | 692            | 2004                        |               |
| <b>Итого:</b>                                                                                           | <b>350</b> | <b>12,76</b> | <b>9,37</b>  | <b>95,63</b>       | <b>517,30</b>    |                |                             |               |
| <b>Всего:</b>                                                                                           | <b>960</b> | <b>35,98</b> | <b>31,17</b> | <b>172,04</b>      | <b>1112,53</b>   |                |                             | <b>160-66</b> |

Зав. производством:

Экономист по ценам: ✓