копия верна

«Согласовано»
Директор МОУ № 15

«Утверждаю»
Директор ООО «Венера»
Иванова И.В.

# МЕНЮ

## 1 день

| ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 7-11 лет | Выход г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность | № рецептуры | Сборник рецептур | Цена руб |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| *ВАРИАНТ-1* | | | | | | | | |
| 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 | | |
| **ИТОГО:** | **530** | **15,93** | **16,38** | **83,16** | **543,48** | | | **135-14** |
| **ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 12-18 лет** | | | | | | | | |
| *ВАРИАНТ-1* | | | | | | | | |
| 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 | | |
| **ИТОГО:** | **580** | **17,20** | **18,35** | **94,53** | **611,77** | | | **135-14** |

Зав. производством:

Экономист по ценам:

«Согласовано»

Директор МОУ № 15

«Утверждаю»

Директор ООО «Венера»

Иванюта И.В.

# МЕНЮ

## 2 день

| ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 7-11 лет | Выход г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность | № рецептуры | Сборник рецептур | Цена руб |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| *ВАРИАНТ-2* | | | | | | | | |
| КОТЛЕТА ДОМАШНЯЯ | 90 | 9,83 | 13,25 | 12,20 | 207,37 | ТТК №896 | | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 160 | 5,94 | 3,02 | 28,13 | 163,46 | ТТК №129 | | |
| 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 | | |
| **ИТОГО:** | **500** | **19,75** | **16,80** | **74,58** | **529,03** | | | 135-14 |
| **ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 12-18 лет** | | | | | | | | |
| *ВАРИАНТ-2* | | | | | | | | |
| КОТЛЕТА ДОМАШНЯЯ | 100 | 11,48 | 13,49 | 13,56 | 221,57 | ТТК №896 | | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 200 | 7,42 | 4,02 | 38,16 | 218,50 | ТТК №129 | | |
| 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 | | |
| **ИТОГО:** | **550** | **22,88** | **18,04** | **85,97** | **598,27** | | | 135-14 |

**Зав. производством:**

**Экономист по ценам:**

копия верна

«Согласовано»
Директор МОУ №13

«Утверждаю»
Директор ООО «Венера»
Иванова И.В.

# МЕНЮ
## 3 день

| ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 7-11 лет | Выход г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность | № рецептуры | Сборник рецептур | Цена руб |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| *ВАРИАНТ-3* | | | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ | 100 | 0,80 | 0,10 | 1,70 | 10,90 | ТТК №4 | | |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 150 | 13,0 | 14,64 | 31,57 | 310,04 | ТТК №67 | | |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ | 200 | 0,01 | 0,00 | 10,71 | 42,81 | ТТК №241 | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,83 | 0,49 | 23,43 | 113,98 | ТТК №6 | | |
| **ИТОГО:** | **500** | **17,64** | **15,23** | **67,41** | **477,73** | | | 135-14 |
| **ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 12-18 лет** | | | | | | | | |
| *ВАРИАНТ-3* | | | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ | 100 | 0,80 | 0,10 | 1,70 | 10,90 | ТТК №4 | | |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 200 | 17,32 | 19,54 | 41,11 | 409,58 | ТТК №67 | | |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ | 200 | 0,01 | 0,00 | 10,71 | 42,81 | ТТК №241 | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,83 | 0,49 | 23,43 | 113,98 | ТТК №6 | | |
| **ИТОГО:** | **550** | **21,96** | **20,13** | **76,95** | **577,27** | | | 135-14 |

**Зав. производством:**

**Экономист по ценам:**

«Согласовано»

Директор МОУ

№ 15

копия верна

«Утверждаю»

Директор ООО «Венера»

Иванова И.В.

# МЕНЮ

## 4 день

| ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 7-11 лет | Выход г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность | № рецептуры | Сборник рецептур | Цена руб |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| *ВАРИАНТ-4* | | | | | | | | |
| 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 | | |
| **ИТОГО:** | **650** | **15,15** | **16,30** | **85,73** | **554,49** | | | **135-14** |
| **ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 12-18 лет** | | | | | | | | |
| *ВАРИАНТ-4* | | | | | | | | |
| 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 | | 135-14 |
| **ИТОГО:** | **700** | **17,49** | **19,18** | **98,76** | **641,89** | | | |

**Зав. производством:**

**Экономист по ценам:**

«Согласовано»

Директор МОУ №15

«Утверждаю»

Директор ООО «Венера»

Иванова И.В.

# МЕНЮ

## 5 день

| ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 7-11 лет | Выход г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность | № рецептуры | Сборник рецептур | Цена руб |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| *ВАРИАНТ-5* | | | | | | | | |
| 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 | | |
| **ИТОГО:** | **550** | **20,06** | **19,97** | **64,13** | **516,95** | | | 135-14 |
| **ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 12-18 лет** | | | | | | | | |
| *ВАРИАНТ-5* | | | | | | | | |
| 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 | | |
| **ИТОГО:** | **610** | **23,22** | **21,80** | **76,41** | **595,23** | | | 135-14 |

**Зав. производством:**

**Экономист по ценам:**

копия верна

«Согласовано»
Директор МОУ №15

«Утверждаю»
Директор ООО «Венера»
Иванова И.В.

# МЕНЮ
## 7 день

| ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 7-11 лет | Выход г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность | № рецептуры | Сборник рецептур | Цена руб |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| *ВАРИАНТ-7* | | | | | | | | |
| КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ | 90 | 9,68 | 12,93 | 9,56 | 193,33 | ТТК №62 | | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 5,56 | 2,91 | 25,87 | 151,91 | ТТК №129 | | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,10 | 0,03 | 10,67 | 42,57 | ТТК №302 | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 60 | 4,74 | 0,60 | 28,98 | 141,00 | ТТК №6 | | |
| **ИТОГО:** | **500** | **20,08** | **16,47** | **75,08** | **528,81** | | | **135-14** |
| **ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 12-18 лет** | | | | | | | | |
| *ВАРИАНТ-7* | | | | | | | | |
| КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ | 100 | 10,89 | 16,76 | 10,63 | 236,92 | ТТК №62 | | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 180 | 6,67 | 3,76 | 32,65 | 191,12 | ТТК №129 | | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,10 | 0,03 | 10,67 | 42,57 | ТТК №302 | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 70 | 5,36 | 0,68 | 32,80 | 159,57 | ТТК №6 | | |
| **ИТОГО:** | **550** | **23,02** | **21,23** | **86,75** | **630,18** | | | **135-14** |

Зав. производством:

Экономист по ценам:

«Согласовано»

Директор МОУ №73

«Утверждаю»

Директор ООО «Венера»

Иванёва И.В.

# МЕНЮ

## 8 день

| ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 7-11 лет | Выход г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность | № рецептуры | Сборник рецептур | Цена руб |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| *ВАРИАНТ-8* | | | | | | | | |
| КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ С ТВОРОГОМ | 200 | 6,84 | 7,63 | 30,28 | 217,15 | ТТК №653 | | |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 35/10/5 | 5,13 | 6,93 | 16,98 | 151,70 | ТТК №380 | | |
| 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 | | |
| **ИТОГО:** | **500** | **15,95** | **15,09** | **81,51** | **527,05** | | | 135-14 |
| **ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 12-18 лет** | | | | | | | | |
| *ВАРИАНТ-8* | | | | | | | | |
| КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ С ТВОРОГОМ | 250 | 8,55 | 10,59 | 37,86 | 280,95 | ТТК №653 | | |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 35/10/5 | 5,13 | 6,93 | 16,98 | 151,70 | ТТК №380 | | |
| 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 | | |
| **ИТОГО:** | **550** | **17,66** | **18,05** | **89,09** | **590,85** | | | 135-14 |

Зав. производством:

Экономист по ценам:

«Согласовано»
Директор МОУ №15

«Утверждаю»
Директор ООО «Венера»
«Венера» Иванова И.В.

# МЕНЮ

## 9 день

| ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 7-11 лет | Выход г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность | № рецептуры | Сборник рецептур | Цена руб |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| *ВАРИАНТ-9* | | | | | | | | |
| ПОМИДОР СОЛЕНЫЙ | 60 | 0,64 | 0,06 | 0,93 | 9,31 | ТТК №27 | | |
| ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 180 | 9,51 | 14,77 | 46,44 | 356,73 | ТТК №513 | | |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ | 200 | 0,01 | 0,00 | 10,71 | 42,81 | ТТК №241 | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 60 | 4,74 | 0,60 | 28,98 | 141,00 | ТТК №6 | | |
| **ИТОГО:** | **500** | **14,90** | **15,43** | **87,06** | **549,85** | | | **135-14** |
| **ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 12-18 лет** | | | | | | | | |
| *ВАРИАНТ-9* | | | | | | | | |
| ПОМИДОР СОЛЕНЫЙ | 100 | 1,07 | 0,10 | 1,55 | 11,38 | ТТК №27 | | |
| ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 200 | 14,46 | 17,78 | 53,47 | 431,74 | ТТК №513 | | |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ | 200 | 0,01 | 0,00 | 10,71 | 42,81 | ТТК №241 | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,83 | 0,49 | 23,43 | 113,98 | ТТК №6 | | |
| **ИТОГО:** | **550** | **19,37** | **18,37** | **89,16** | **599,91** | | | **135-14** |

**Зав. производством:**

**Экономист по ценам:**

«Согласовано»

Директор МОУ №15

«Утверждаю»

Директор ООО «Венера»

Иванова И.В.

# МЕНЮ

## 10 день

| ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 7-11 лет | Выход г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность | № рецептуры | Сборник рецептур | Цена руб |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| *ВАРИАНТ-10* | | | | | | | | |
| КОТЛЕТА РЫБНАЯ (минтай) | 90 | 10,70 | 9,18 | 12,64 | 175,98 | ТТК №77 | | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 5,56 | 2,91 | 25,87 | 151,91 | ТТК №129 | | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,10 | 0,03 | 10,67 | 42,57 | ТТК №302 | | |
| СОК/НЕКТАР В АССОРТИМЕНТЕ | 200 | 0,97 | 0,19 | 19,59 | 83,42 | ТТК №343 | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 47,30 | ТТК №6 | | |
| ПЕЧЕНЬЕ | 20 | 1,16 | 3,69 | 8,38 | 71,37 | ТТК №473 | | |
| **ИТОГО:** | **680** | **20,07** | **16,20** | **86,81** | **572,55** | | | 135-14 |
| **ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 12-18 лет** | | | | | | | | |
| *ВАРИАНТ-10* | | | | | | | | |
| КОТЛЕТА РЫБНАЯ (минтай) | 100 | 11,89 | 10,93 | 14,04 | 202,09 | ТТК №77 | | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 180 | 6,67 | 3,76 | 32,65 | 191,12 | ТТК №129 | | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,10 | 0,03 | 10,67 | 42,57 | ТТК №302 | | |
| СОК/НЕКТАР В АССОРТИМЕНТЕ | 200 | 0,97 | 0,19 | 19,59 | 83,42 | ТТК №343 | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 47,30 | ТТК №6 | | |
| ПЕЧЕНЬЕ | 20 | 1,16 | 3,69 | 8,38 | 71,37 | ТТК №473 | | |
| **ИТОГО:** | **720** | **22,37** | **18,80** | **94,99** | **637,87** | | | 135-14 |

Зав. производством:

Экономист по ценам:

«Согласовано»

Директор МОУ №15

«Утверждаю»

Директор ООО «Венера»

Иванова И.В.

# МЕНЮ

## 11 день

| ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 7-11 лет | Выход г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность | № рецептуры | Сборник рецептур | Цена руб |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| *ВАРИАНТ-11* | | | | | | | | |
| КАША ВЯЗКАЯ 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 | №387 | | |
| 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 | | |
| **ИТОГО:** | **530** | **15,98** | **16,39** | **83,31** | **545,13** | | | 135-14 |
| **ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 12-18 лет** | | | | | | | | |
| *ВАРИАНТ-11* | | | | | | | | |
| КАША ВЯЗКАЯ 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 | №387 | | |
| 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 | | |
| **ИТОГО:** | **590** | **17,92** | **18,45** | **98,79** | **633,40** | | | **135-14** |

**Зав. производством:**

**Экономист по ценам:**