«Согласовано»
Директор МОУ № Заплотково И.О

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

# МЕНЮ

На 30.09. 2026г.

| ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 7-11 лет | Выход г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность | № по сборнику рецептур | Цена руб |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ***ВАРИАНТ-3*** | | | | | | | |
| Котлета рубленая из птицы | 90 | 14,6 | 18,7 | 13,6 | 223,0 | 294/2011 | |
| Макаронные изделия отварные | 150 | 5,5 | 5,7 | 33,2 | 206,4 | 203/2011 | |
| Чай с сахаром и лимоном | 200/15/5 | 0,3 | 0,0 | 15,2 | 60,0 | 377/2011 | |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,0 | 0,2 | 19,5 | 91,9 | ТТК№6 | |
| **Итого за прием пищи:** | **500** | **23,4** | **24,6** | **81,5** | **581,3** | | |
| **Полдник** | | | | | | | |
| Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,5 | 45,6 | 338/2011 | |
| Сок фруктовый | 200 | 1,1 | 0,2 | 19,5 | 83,4 | 707/2004 | |
| **Итого за прием пищи:** | **300** | **1,5** | **0,6** | **29,0** | **129,0** | | |
| **Всего за день:** | | **24,9** | **25,2** | **110,5** | **710,3** | | **157,89** |
| **ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 12-18 лет** | | | | | | | |
| ***ВАРИАНТ-3*** | | | | | | | |
| Котлета рубленая из птицы | 100 | 16,2 | 20,8 | 15,1 | 247,8 | 294/2011 | |
| Макаронные изделия отварные | 180 | 6,6 | 6,8 | 39,8 | 247,7 | 203/2011 | |
| Чай с сахаром и лимоном | 200/15/5 | 0,3 | 0,0 | 15,2 | 60,0 | 377/2011 | |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,8 | 0,3 | 24,4 | 114,9 | ТТК №6 | |
| **Итого за прием пищи:** | **530** | **26,9** | **27,9** | **94,5** | **670,4** | | |
| **Полдник** | | | | | | | |
| Фрукты свежие (яблоко) | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,2 | 68,4 | 338/2011 | |
| Сок фруктовый | 200 | 1,1 | 0,2 | 19,5 | 83,4 | 707/2004 | |
| **Итого за прием пищи:** | **350** | **1,7** | **0,8** | **33,7** | **151,8** | | **157,89** |
| **Всего за день:** | | **28,6** | **28,7** | **128,2** | **822,2** | | |

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

Scanned with CamScanner

«Согласовано»
Директор МОУ №
Лапотково И.Д

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

# МЕНЮ

на 30.09. 2026г.

| ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 7-11 лет | Выход г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность | № по сборнику рецептур | Цена руб |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| *ВАРИАНТ-3* | | | | | | | |
| Котлета рубленая из птицы | 90 | 14,6 | 18,7 | 13,6 | 223,0 | 294/2011 | |
| Макаронные изделия отварные | 150 | 5,5 | 5,7 | 33,2 | 206,4 | 203/2011 | |
| Чай с сахаром и лимоном | 200/15/5 | 0,3 | 0,0 | 15,2 | 60,0 | 377/2011 | |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,0 | 0,2 | 19,5 | 91,9 | ТТК№6 | |
| **Итого за прием пищи:** | **500** | **23,4** | **24,6** | **81,5** | **581,3** | | |
| **Полдник** | | | | | | | |
| Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,5 | 45,6 | 338/2011 | |
| Сок фруктовый | 200 | 1,1 | 0,2 | 19,5 | 83,4 | 707/2004 | |
| **Итого за прием пищи:** | **300** | **1,5** | **0,6** | **29,0** | **129,0** | | |
| **Всего за день:** | | **24,9** | **25,2** | **110,5** | **710,3** | | **157,89** |
| **ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 12-18 лет** | | | | | | | |
| *ВАРИАНТ-3* | | | | | | | |
| Котлета рубленая из птицы | 100 | 16,2 | 20,8 | 15,1 | 247,8 | 294/2011 | |
| Макаронные изделия отварные | 180 | 6,6 | 6,8 | 39,8 | 247,7 | 203/2011 | |
| Чай с сахаром и лимоном | 200/15/5 | 0,3 | 0,0 | 15,2 | 60,0 | 377/2011 | |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,8 | 0,3 | 24,4 | 114,9 | ТТК №6 | |
| **Итого за прием пищи:** | **530** | **26,9** | **27,9** | **94,5** | **670,4** | | |
| **Полдник** | | | | | | | |
| Фрукты свежие (яблоко) | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,2 | 68,4 | 338/2011 | |
| Сок фруктовый | 200 | 1,1 | 0,2 | 19,5 | 83,4 | 707/2004 | |
| **Итого за прием пищи:** | **350** | **1,7** | **0,8** | **33,7** | **151,8** | | **157,89** |
| **Всего за день:** | | **28,6** | **28,7** | **128,2** | **822,2** | | |

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

Scanned with CamScanner