«Согласовано»
Директор МОУ № Долотова И.Д.

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

МЕНЮ

на 08.10. 2026г.

ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность	№ по сборнику рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-9							
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная, икра из свеклы)	60	0,5	0,1	0,1	7,6	ТТК 1,2,3,4,5	
Плов из птицы	200	15,3	20,8	39,2	410,6	291/2011	
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	17,3	59,3	376/2011	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	**515**	**18,9**	**21,1**	**76,1**	**569,4**		
Полдник							
Бутерброд с маслом	20/5	1,4	4,7	9,2	84,4	1/2011	
Фрукты свежие(яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	45,6	338/2011	
Чай с сахаром	180	0,1	0,0	14,8	49,6	376/2011	
Итого за прием пищи:	**305**	**1,9**	**5,1**	**33,5**	**180,0**		
Всего за день:		**20,8**	**26,2**	**109,3**	**749,4**		**157,89**
ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная, икра из свеклы)	100	0,5	0,1	0,1	7,6	ТТК 1,2,3,4,5	
Плов из птицы	230	17,6	23,9	45,1	472,2	291/2011	
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	17,3	59,3	376/2011	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	**585**	**21,2**	**24,2**	**82,0**	**631**		
Полдник							
Бутерброд с маслом	40/10	3,1	10,5	19,6	168,9	1/2011	
Фрукты свежие(яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	45,6	338/2011	
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	17,3	59,3	376/2004	
Итого за прием пищи:	**365**	**3,6**	**10,9**	**46,4**	**273,8**		
Всего за день:		**24,8**	**35,1**	**128,4**	**904,8**		**157,89**

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

Scanned with CamScanner

«Согласовано»
Директор МОУ № Жолоткова И.Д.

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

МЕНЮ

на 08.10. 2026г.

ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность	№ по сборнику рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-9							
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная, икра из свеклы)	60	0,5	0,1	0,1	7,6	ТТК 1,2,3,4,5	
Плов из птицы	200	15,3	20,8	39,2	410,6	291/2011	
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	17,3	59,3	376/2011	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	**515**	**18,9**	**21,1**	**76,1**	**569,4**		
Полдник							
Бутерброд с маслом	20/5	1,4	4,7	9,2	84,4	1/2011	
Фрукты свежие(яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	45,6	338/2011	
Чай с сахаром	180	0,1	0,0	14,8	49,6	376/2011	
Итого за прием пищи:	**305**	**1,9**	**5,1**	**33,5**	**180,0**		
Всего за день:		**20,8**	**26,2**	**109,3**	**749,4**		**157,89**
ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная, икра из свеклы)	100	0,5	0,1	0,1	7,6	ТТК 1,2,3,4,5	
Плов из птицы	230	17,6	23,9	45,1	472,2	291/2011	
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	17,3	59,3	376/2011	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	**585**	**21,2**	**24,2**	**82,0**	**631**		
Полдник							
Бутерброд с маслом	40/10	3,1	10,5	19,6	168,9	1/2011	
Фрукты свежие(яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	45,6	338/2011	
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	17,3	59,3	376/2004	
Итого за прием пищи:	**365**	**3,6**	**10,9**	**46,4**	**273,8**		
Всего за день:		**24,8**	**35,1**	**128,4**	**904,8**		**157,89**

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

Scanned with CamScanner