«Согласовано»
Директор МОУ №

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

МЕНЮ

на 14.10. 2026г.

ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность	№ по сборнику рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-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**		**133,89**
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**		**133,89**

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

«Согласовано»
Директор МОУ СОШ №3 №

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

МЕНЮ

на 14.10 2026г.

ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность	№ по сборнику рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-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:**