«Согласовано»
Директор МОУ №
_____

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

МЕНЮ

на 23.10 2026г.

ОБЕД для обучающихся возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность	№ по сборнику рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-10							
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	60	0,5	0,1	1	7,6	ТТК № 1,2,3,4,5	
Суп картофельный с горохом	200	4,6	4,4	15,2	117,8	102/2011	
Фрикадельки рыбные с соусом томатным	90/30	13,4	12,9	12,3	158,0	239/593/2011/2004	
Рис отварной с овощами	150	3,6	6,0	37,1	221,0	512/2004	
Компот из свежих плодов№631	200	0,2	0,2	27,1	111,1	631/2004	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6	
Хлеб пеклеванный	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	**810**	**27,8**	**24,2**	**128,7**	**786,6**		**133,89**
ОБЕД для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-10							
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	100	0,8	0,2	1,7	12,7	ТТК № 1,2,3,4,5	
Суп картофельный с горохом№102	250	5,8	5,5	15,2	147,3	102/2011	
Фрикадельки рыбные с соусом томатным	100/30	14,9	14,3	13,7	175,50	239/593/2011/2004	
Рис отварной с овощами	180	7,8	8,3	48,2	261,0	512/2004	
Компот из свежих плодов№631	200	0,2	0,2	27,1	111,1	631/2004	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6	
Хлеб пеклеванный	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	**940**	**35,0**	**29,1**	**141,9**	**878,8**		**133,89**

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

«Согласовано»
Директор МБОУ №
СОШ №3
р.п. Средняя Ахтуба

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

МЕНЮ

на 23.10. 2026г.

ОБЕД для обучающихся возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность	№ по сборнику рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-10							
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	60	0,5	0,1	1	7,6	ТТК № 1,2,3,4,5	
Суп картофельный с горохом	200	4,6	4,4	15,2	117,8	102/2011	
Фрикадельки рыбные с соусом томатным	90/30	13,4	12,9	12,3	158,0	239/593/2011/2004	
Рис отварной с овощами	150	3,6	6,0	37,1	221,0	512/2004	
Компот из свежих плодов№631	200	0,2	0,2	27,1	111,1	631/2004	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6	
Хлеб пеклеванный	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	**810**	**27,8**	**24,2**	**128,7**	**786,6**		
Полдник							
Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,3	0,0	15,2	60,0	377/2011	
Яблоки печеные	100	0,4	0,4	24,9	107,6	372/2011	
Итого за прием пищи:	**322**	**0,7**	**0,4**	**40,1**	**167,6**		**157,89**
Всего за день:		**28,5**	**24,6**	**168,8**	**954,2**		
ОБЕД для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-10							
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	100	0,8	0,2	1,7	12,7	ТТК № 1,2,3,4,5	
Суп картофельный с горохом№102	250	5,8	5,5	15,2	147,3	102/2011	
Фрикадельки рыбные с соусом томатным	100/30	14,9	14,3	13,7	175,50	239/593/2011/2004	
Рис отварной с овощами	180	7,8	8,3	48,2	261,0	512/2004	
Компот из свежих плодов№631	200	0,2	0,2	27,1	111,1	631/2004	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6	
Хлеб пеклеванный	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	**940**	**35,0**	**29,1**	**141,9**	**878,8**		**133,89**
Полдник							
Чай с сахаром и лимоном	200/15/5	0,3	0,0	15,2	60,0	377/2011	

Яблоки печеные	150	0,6	0,6	37,4	161,4	372/2011	
Итого за прием пищи:	**370**	**0,9**	**0,6**	**52,6**	**221,4**		**157,89**
Всего за день:		**35,9**	**29,7**	**194,5**	**1100,2**		

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