«Согласовано»
Директор МОУ СШ №100
С.В.Боброва

копия верна

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

МЕНЮ
3 день

30.09.2026

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 СВЕЖИЙ	100	0,78	0,10	1,66	12,65	ТТК №1		
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 СВЕЖИЙ	100	0,78	0,10	1,66	12,65	ТТК №1		
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 СШ № 100

Боброва

«Утверждаю»

Директор ООО «Венера»

Иванова И.В.

МЕНЮ

3 день

ОБЕД для обучающихся возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-3								
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,64	0,00	1,40	8,15	ТТК №2		
СУП С КРУПОЙ (рисовая)	200	2,76	9,84	8,89	135,16	ТТК №44		
ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ	150	10,17	11,92	24,42	245,64	ТТК №468		
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,15	0,04	10,82	44,22	ТТК №301		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,74	0,60	28,98	141,00	ТТК №6		
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	60	3,66	0,72	23,94	118,20	ТТК №7		
ИТОГО:	**730**	**22,53**	**23,18**	**98,80**	**697,61**			**135,14**
ОБЕД для обучающихся возрастной группы 12-18 лет								
ВАРИАНТ-3								
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	1,07	0,00	2,33	22,31	ТТК №2		
СУП С КРУПОЙ (рисовая)	250	3,31	12,30	11,06	168,18	ТТК №44		
ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ	200	12,66	13,66	32,59	303,94	ТТК №468		
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,15	0,04	10,82	44,22	ТТК №301		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,74	0,60	28,98	141,00	ТТК №6		
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	60	3,66	0,72	23,94	118,20	ТТК №7		
ИТОГО:	**870**	**26,27**	**27,42**	**110,30**	**797,85**			**135,14**

Зав. производством:

Экономист по ценам:

копия верна

«Согласовано»
Директор МОУ СШ № 100
_____ В.Боброва

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

МЕНЮ

3 день

Питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-3								
Завтрак								
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	0,78	0,10	1,66	12,65	ТТК №1		
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**			
Полдник								
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ВИШНЕЙ	100	6,46	6,40	61,98	332,66	ТТК №633		
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблок)	200	0,20	0,20	27,50	112,70	342	2011	
Итого:	**300**	**6,66**	**6,60**	**89,48**	**445,36**			
Всего:	**800**	**24,30**	**21,83**	**156,89**	**923,09**			**172,54**
Питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов возрастной группы 12-18 лет								
ВАРИАНТ-3								
Завтрак								
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	0,78	0,10	1,66	12,65	ТТК №1		
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**			
Полдник								
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ВИШНЕЙ	150	8,79	8,49	85,95	456,90	ТТК №633		
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблок)	200	0,20	0,20	27,50	112,70	342	2011	
Итого:	**350**	**8,99**	**8,69**	**113,45**	**569,60**			
Всего:	**900**	**30,95**	**28,82**	**190,40**	**1146,87**			**172,54**

Зав. производством:

Экономист по ценам:

«Согласовано»
Директор МОУ СШ № 100
Боброва

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

МЕНЮ
3 день

Питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность	№ рецептуры	Сборник рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-3								
Обед								
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,64	0,00	1,40	8,15	ТТК №2		
СУП С КРУПОЙ (рисовая)	200	2,76	9,84	8,89	135,16	ТТК №44		
ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ	150	10,17	11,92	24,42	245,64	ТТК №468		
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,15	0,04	10,82	44,22	ТТК №301		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,74	0,60	28,98	141,00	ТТК №6		
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	60	3,66	0,72	23,94	118,20	ТТК №7		
ИТОГО:	**730**	**22,53**	**23,18**	**98,80**	**697,61**			
Полдник								
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ВИШНЕЙ	100	6,46	6,40	61,98	332,66	ТТК №633		
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблок)	200	0,20	0,20	27,50	112,70	342	2011	
Итого:	**300**	**6,66**	**6,60**	**89,48**	**445,36**			
Всего:	**1030**	**29,19**	**29,78**	**188,28**	**1142,97**			**172,54**
Питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов возрастной группы 12-18 лет								
ВАРИАНТ-3								
Обед								
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	1,07	0,00	2,33	22,31	ТТК №2		
СУП С КРУПОЙ (рисовая)	250	3,31	12,30	11,06	168,18	ТТК №44		
ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ	200	12,66	13,66	32,59	303,94	ТТК №468		
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,15	0,04	10,82	44,22	ТТК №301		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,74	0,60	28,98	141,00	ТТК №6		
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	60	3,66	0,72	23,94	118,20	ТТК №7		
ИТОГО:	**870**	**26,27**	**27,42**	**110,30**	**797,85**			
Полдник								
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ВИШНЕЙ	150	8,79	8,49	85,95	456,90	ТТК №633		
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблок)	200	0,20	0,20	27,50	112,70	342	2011	
Итого:	**350**	**8,99**	**8,69**	**113,45**	**569,60**			
Всего:	**1220**	**35,26**	**36,11**	**223,75**	**1367,45**			**172,54**

Зав. производством:

Экономист по ценам: