



МЕНЮ

на 12.11.2021г.

| ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 7-11 лет | Выход г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорий ность | № по сборнику рецептур | Цена руб |
|--|------------|-------------|-------------|----------------|------------------|------------------------------|--------------|
| ВАРИАНТ-5 | | | | | | | |
| Котлета рыбная (минтай) | 80 | 10,9 | 7,3 | 12,8 | 159,9 | №388 | |
| Рагу из овощей | 150 | 2,6 | 10,4 | 13,5 | 158,3 | №224 | |
| Чай с лимоном | 200 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 61,6 | №377 | |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | | |
| ИТОГО | | 17,4 | 18,0 | 65,6 | 494,6 | | 72-09 |
| ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 12-18 лет | | | | | | | |
| ВАРИАНТ-5 | | | | | | | |
| Котлета рыбная (минтай) | 100 | 13,7 | 9,2 | 15,9 | 199,7 | №388 | |
| Рагу из овощей | 180 | 3,3 | 12,2 | 16,1 | 190,0 | №224 | |
| Чай с лимоном | 200 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 61,6 | №377 | |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | | |
| ИТОГО | | 20,9 | 21,7 | 71,3 | 566,1 | | 72-09 |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |

Зав. производством:

Экономист по ценам: *д*

«Согласовано»

Директор МОУ № 100

Ворожцова С.В.



«Утверждаю»

Директор ООО «Венера»

Погосова А.В.



МЕНЮ

на 12.11.2021г.

| ОБЕД для обучающихся возрастной группы 7-11 лет | Выход г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность | № по сборнику рецептур | Цена руб |
|---|------------|-------------|-------------|----------------|--------------|------------------------------|--------------|
| ВАРИАНТ-5 | | | | | | | |
| Овощи свежие, отварные, соленые | 60 | 1,3 | 0,4 | 7,7 | 37,0 | | |
| Щи из свежей капусты и картофеля | 200 | 1,5 | 4,0 | 7,4 | 72,2 | №88 | |
| Плов из птицы | 150 | 15,3 | 19,0 | 27,4 | 340,8 | №492 | |
| Кисель из концентрата | 200 | 0,1 | 0,0 | 30,7 | 126,5 | №648 | |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,0 | 0,2 | 19,5 | 91,9 | | |
| Хлеб пеклеванный | 30 | 1,9 | 0,3 | 12,3 | 59,4 | | |
| ИТОГО | | 23,1 | 23,9 | 105,0 | 727,8 | | 72-09 |
| ОБЕД для обучающихся возрастной группы 12-18 лет | | | | | | | |
| ВАРИАНТ-5 | | | | | | | |
| Овощи свежие, отварные, соленые | 100 | 2,2 | 0,6 | 12,8 | 61,6 | | |
| Щи из свежей капусты и картофеля | 250 | 1,9 | 5,1 | 9,3 | 90,5 | №88 | |
| Плов из птицы | 200 | 20,4 | 25,3 | 36,5 | 454,9 | №492 | |
| Кисель из концентрата | 200 | 0,1 | 0,0 | 30,7 | 126,5 | №648 | |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,0 | 0,2 | 19,5 | 91,9 | | |
| Хлеб пеклеванный | 40 | 2,5 | 0,4 | 16,5 | 79,2 | | |
| ИТОГО | | 30,1 | 31,6 | 125,3 | 904,6 | | 72-09 |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |

Зав. производством:

Экономист по ценам:

Д

«Согласовано»

Директор МОУ «Средняя школа № 100»

Соловьева С.В.



«Утверждаю»

Директор ООО «Венера»

Погосова А.В.



МЕНЮ

на 12.11.2021г.

| Питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов возрастной группы 7-11 лет 1 смена | Выход г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность | № по сборнику рецептов | Цена руб |
|--|------------|-------------|-------------|----------------|--------------|------------------------|---------------|
| ВАРИАНТ-5 | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| Котлета рыбная (минтай) | 80 | 10,9 | 7,3 | 12,8 | 159,9 | №388 | |
| Рагу из овощей | 150 | 2,6 | 10,4 | 13,5 | 158,3 | №224 | |
| Чай с лимоном | 200 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 61,6 | №377 | |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | | |
| Итого | | 17,4 | 18,0 | 65,6 | 494,6 | | |
| 2-й завтрак | | | | | | | |
| Пирожок печеный с картофелем | 100 | 6,6 | 3,1 | 42,4 | 229,8 | №738 | |
| Компот из изюма | 200 | 0,5 | 0,1 | 27,4 | 112,6 | №348 | |
| Итого | | 7,1 | 3,2 | 69,8 | 342,4 | | |
| Всего | | 24,5 | 21,2 | 135,4 | 837,0 | | 102-99 |
| Питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов возрастной группы 12-18 лет 1 смена | | | | | | | |
| ВАРИАНТ-5 | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| Котлета рыбная (минтай) | 100 | 13,7 | 9,2 | 15,9 | 199,7 | №388 | |
| Рагу из овощей | 180 | 3,3 | 12,2 | 16,1 | 190,0 | №224 | |
| Чай с лимоном | 200 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 61,6 | №377 | |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | | |
| Итого | | 20,9 | 21,7 | 71,3 | 566,1 | | |
| 2-й завтрак | | | | | | | |
| Пирожок печеный с картофелем | 100 | 6,6 | 3,1 | 42,4 | 229,8 | №738 | |
| Компот из изюма | 200 | 0,5 | 0,1 | 27,4 | 112,6 | №348 | |
| Итого | | 7,1 | 3,2 | 69,8 | 342,4 | | |
| Всего | | 28,0 | 24,9 | 141,1 | 908,5 | | 102-99 |

Зав. производством:

Экономист по ценам:

✓



МЕНЮ

на 12.11.2021г.

| Питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов возрастной группы 7-11 лет 2 смена | Выход г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность | № по сборнику рецептур | Цена руб |
|--|------------|-------------|-------------|----------------|---------------|------------------------------|---------------|
| ВАРИАНТ-5 | | | | | | | |
| Обед | | | | | | | |
| Овощи свежие, отварные, соленые | 60 | 1,3 | 0,4 | 7,7 | 37,0 | | |
| Щи из свежей капусты с картофелем | 200 | 1,5 | 4,0 | 7,4 | 72,2 | №88 | |
| Плов из птицы | 150 | 15,3 | 19,0 | 27,4 | 340,8 | №492 | |
| Кисель из концентрата | 200 | 0,1 | 0,0 | 30,7 | 126,5 | №648 | |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,0 | 0,2 | 19,5 | 91,9 | | |
| Хлеб пеклеванный | 30 | 1,9 | 0,3 | 12,3 | 59,4 | | |
| Итого | | 23,1 | 23,9 | 105,0 | 727,8 | | |
| Полдник | | | | | | | |
| Пирожок печеный с картофелем | 100 | 6,6 | 3,1 | 42,4 | 229,8 | №738 | |
| Компот из изюма | 200 | 0,5 | 0,1 | 27,4 | 112,6 | №348 | |
| Итого | | 7,1 | 3,2 | 69,8 | 342,4 | | |
| Всего | | 30,2 | 27,1 | 174,8 | 1070,2 | | 102-99 |
| Питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов возрастной группы 12-18 лет 2 смена | | | | | | | |
| ВАРИАНТ-5 | | | | | | | |
| Обед | | | | | | | |
| Овощи свежие, отварные, соленые | 100 | 2,2 | 0,6 | 12,8 | 61,6 | | |
| Щи из свежей капусты с картофелем | 250 | 1,9 | 5,1 | 9,3 | 90,5 | №88 | |
| Плов из птицы | 200 | 20,4 | 25,3 | 36,5 | 454,9 | №492 | |
| Кисель из концентрата | 200 | 0,1 | 0,0 | 30,7 | 126,5 | №648 | |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,0 | 0,2 | 19,5 | 91,9 | | |
| Хлеб пеклеванный | 40 | 2,5 | 0,4 | 16,5 | 79,2 | | |
| Итого | | 30,1 | 31,6 | 125,3 | 904,6 | | |
| Полдник | | | | | | | |
| Пирожок печеный с картофелем | 100 | 6,6 | 3,1 | 42,4 | 229,8 | №738 | |
| Компот из изюма | 200 | 0,5 | 0,1 | 27,4 | 112,6 | №348 | |
| Итого | | 7,1 | 3,2 | 69,8 | 342,4 | | |
| Всего | | 37,2 | 34,8 | 195,1 | 1247,0 | | 102-99 |

Зав. производством:

Экономист по ценам: