

«Согласовано»

Директор МОУ № 100

Е. С. Соловьева



«Согласовано»

Директор ООО «Венера»

Погосова А.В.



МЕНЮ

на 07.10.2021г.

ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорий ность	№ по сборнику рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-10							
Котлета рыбная (минтай)	80	10,9	7,3	12,8	159,9	№388	
Рис отварной	150	3,8	5,4	38,9	219,3	№304	
Чай с молоком	200	1,3	1,0	11,8	61,3	№421К	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9		
ИТОГО		19,0	13,9	83,0	532,4		72-09
ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-10							
Котлета рыбная (минтай)	100	13,7	9,2	15,9	199,7	№388	
Рис отварной	180	4,5	6,5	46,7	263,1	№304	
Чай с молоком	200	1,3	1,0	11,8	61,3	№421К	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9		
ИТОГО		22,5	16,9	93,9	616,0		72-09

Зав. производством:

Экономист по ценам: *А.В. Погосова*

«Согласовано»

Директор МОУ СОШ №100

Г. С. Боброва



«Утверждаю»

Директор ООО «Венера»

Погосова А.В.



МЕНЮ

на 07.10.2021г.

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 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	
Рагу из птицы	150	12,7	14,6	13,9	237,8	№289	
Компот из свежих плодов (яблок)	200	0,2	0,2	27,5	112,7	№342	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9		
Хлеб пеклеванный	30	1,9	0,3	12,3	59,4		
ИТОГО		20,6	19,7	88,3	611,0		72-09
ОБЕД для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-10							
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	
Рагу из птицы	200	16,7	19,4	18,6	316,3	№289	
Компот из свежих плодов (яблок)	200	0,2	0,2	27,5	112,7	№342	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9		
Хлеб пеклеванный	30	1,9	0,3	12,3	59,4		
ИТОГО		25,9	25,8	100,0	732,4		72-09

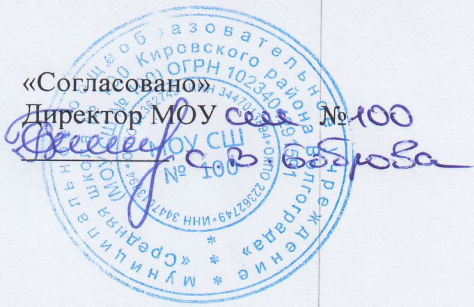
Зав. производством:

Экономист по ценам:

(Signature)

«Согласовано»

Директор МОУ № 100



«Тверждаю»

Директор ООО «Венера»



Погосова А.В.

МЕНЮ

на 07.10.2021г.

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-10							
Завтрак							
Котлета рыбная (минтай)	80	10,9	7,3	12,8	159,9	№388	
Рис отварной	150	3,8	5,4	38,9	219,3	№304	
Чай с молоком	200	1,3	1,0	11,8	61,3	421К	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9		
Итого		19,0	13,9	83,0	532,4		
2-й завтрак							
Пирожок печеный с вишней	100	5,9	4,5	46,2	252,9	№406	
Чай с сахаром каркаде	200	0,2	0,0	15,0	60,5	№685	
Итого		6,1	4,5	61,2	313,4		
Всего		25,1	18,4	144,2	845,8		102-99
Питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов возрастной группы 12-18 лет 1 смена							
ВАРИАНТ-10							
Завтрак							
Котлета рыбная (минтай)	100	13,7	9,2	15,9	199,7	№388	
Рис отварной	180	4,5	6,5	46,7	263,1	№304	
Чай с молоком	200	1,3	1,0	11,8	61,3	№421К	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9		
Итого		22,5	16,9	93,9	616,0		
2-й завтрак							
Пирожок печеный с вишней	100	5,9	4,5	46,2	252,9	№406	
Чай с сахаром каркаде	200	0,2	0,0	15,0	60,5	№685	
Итого		6,1	4,5	61,2	313,4		
Всего		28,6	21,4	155,1	929,4		102-99

Зав. производством:

Экономист по ценам:



МЕНЮ

на 07.10.2021г.

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-10							
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	
Рагу из птицы	150	12,7	14,6	13,9	237,8	№289	
Компот из свежих плодов (яблок)	200	0,2	0,2	27,5	112,7	№342	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9		
Хлеб пеклеванный	30	1,9	0,3	12,3	59,4		
Итого		20,6	19,7	88,3	611,0		
Полдник							
Пирожок печеный с вишней	100	5,9	4,5	46,2	252,9	№406	
Чай с сахаром каркаде	200	0,2	0,0	15,0	60,5	№685	
Итого		6,1	4,5	61,2	313,4		
Всего		26,7	24,2	149,5	924,4		102-99
Питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов возрастной группы 12-18 лет 2 смена							
ВАРИАНТ-10							
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	
Рагу из птицы	200	16,7	19,4	18,6	316,3	№289	
Компот из свежих плодов (яблок)	200	0,2	0,2	27,5	112,7	№342	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9		
Хлеб пеклеванный	30	1,9	0,3	12,3	59,4		
Итого		25,9	25,8	100,0	732,4		
Полдник							
Пирожок печеный с вишней	100	5,9	4,5	46,2	252,9	№406	
Чай с сахаром каркаде	200	0,2	0,0	15,0	60,5	№685	
Итого		6,1	4,5	61,2	313,4		
Всего		32,0	30,3	161,2	1045,8		102-99

Зав. производством:

Экономист по ценам: