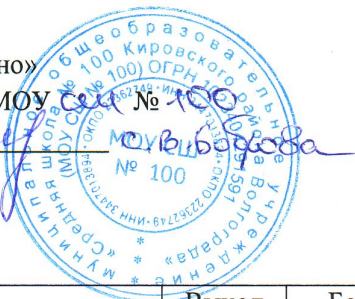


«Согласовано»

Директор МОУ

\_\_\_\_\_



«Утверждаю»

Директор ООО «Венера»

Погосова А.В.



## МЕНЮ

на 10.12.2021г.

<b>ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 7-11 лет</b>	<b>Выход г</b>	<b>Белки, г</b>	<b>Жиры, г</b>	<b>Углеводы, г</b>	<b>Калорий ность</b>	<b>№ по сборнику рецептур</b>	<b>Цена руб</b>
<b>ВАРИАНТ-5</b>							
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		
<b>ИТОГО</b>		<b>17,4</b>	<b>18,0</b>	<b>65,6</b>	<b>494,6</b>		<b>72-09</b>
<b>ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 12-18 лет</b>							
<b>ВАРИАНТ-5</b>							
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		
<b>ИТОГО</b>		<b>20,9</b>	<b>21,7</b>	<b>71,3</b>	<b>566,1</b>		<b>72-09</b>

Зав. производством:

Экономист по ценам: \_\_\_\_\_

«Согласовано»

Директор МОУ СОШ № 100

*С. В. Баздова*



«Утверждаю»

Директор ООО «Венера»

Погосова А.В.



## МЕНЮ

на 10.12.2021г.

ОБЕД для обучающихся возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность	№ по сборнику рецептур	Цена руб
<b>ВАРИАНТ-5</b>							
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 пеклеваный	30	1,9	0,3	12,3	59,4		
<b>ИТОГО</b>		<b>23,1</b>	<b>23,9</b>	<b>105,0</b>	<b>727,8</b>		<b>72-09</b>
<b>ОБЕД для обучающихся возрастной группы 12-18 лет</b>							
<b>ВАРИАНТ-5</b>							
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 пеклеваный	40	2,5	0,4	16,5	79,2		
<b>ИТОГО</b>		<b>30,1</b>	<b>31,6</b>	<b>125,3</b>	<b>904,6</b>		<b>72-09</b>

Зав. производством:

Экономист по ценам: *Л*

«Согласовано»  
 Директор МОУ СОШ № 100



«Утверждаю»  
 Директор ООО «Венера»



Погосова А.В.

## МЕНЮ

на 10.12.2021г.

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
<b>ВАРИАНТ-5</b>							
<b>Завтрак</b>							
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		
<b>Итого</b>		<b>17,4</b>	<b>18,0</b>	<b>65,6</b>	<b>494,6</b>		
<b>2-й завтрак</b>							
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	
<b>Итого</b>		<b>7,1</b>	<b>3,2</b>	<b>69,8</b>	<b>342,4</b>		
<b>Всего</b>		<b>24,5</b>	<b>21,2</b>	<b>135,4</b>	<b>837,0</b>		<b>102-99</b>
<b>Питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов возрастной группы 12-18 лет 1 смена</b>							
<b>ВАРИАНТ-5</b>							
<b>Завтрак</b>							
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		
<b>Итого</b>		<b>20,9</b>	<b>21,7</b>	<b>71,3</b>	<b>566,1</b>		
<b>2-й завтрак</b>							
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	
<b>Итого</b>		<b>7,1</b>	<b>3,2</b>	<b>69,8</b>	<b>342,4</b>		
<b>Всего</b>		<b>28,0</b>	<b>24,9</b>	<b>141,1</b>	<b>908,5</b>		<b>102-99</b>

Зав. производством:

Экономист по ценам:

«Согласовано»

Директор МОУ

*Подпись*



«Утверждаю»

Директор ООО «Венера»

Погосова А.В.



## МЕНЮ

на 10.12.2021г.

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
<b>ВАРИАНТ-5</b>							
<i>Обед</i>							
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		
<b>Итого</b>		<b>23,1</b>	<b>23,9</b>	<b>105,0</b>	<b>727,8</b>		
<i>Полдник</i>							
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	
<b>Итого</b>		<b>7,1</b>	<b>3,2</b>	<b>69,8</b>	<b>342,4</b>		
<b>Всего</b>		<b>30,2</b>	<b>27,1</b>	<b>174,8</b>	<b>1070,2</b>		<b>102-99</b>
<b>Питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов возрастной группы 12-18 лет 2 смена</b>							
<b>ВАРИАНТ-5</b>							
<i>Обед</i>							
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		
<b>Итого</b>		<b>30,1</b>	<b>31,6</b>	<b>125,3</b>	<b>904,6</b>		
<i>Полдник</i>							
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	
<b>Итого</b>		<b>7,1</b>	<b>3,2</b>	<b>69,8</b>	<b>342,4</b>		
<b>Всего</b>		<b>37,2</b>	<b>34,8</b>	<b>195,1</b>	<b>1247,0</b>		<b>102-99</b>

Зав. производством:

Экономист по ценам: *h*

«Согласовано»

Директор МОУ

№ 100

*А. В. Бочарова*



«Утверждаю»

Директор ООО «Венера»

Погосова А.В.



## Дополнительное меню для детей в возрасте 7-11 лет

на 10.12.2021г.

### Вариант 5

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
1	Нектар для детского питания в ассортименте (не менее 0,2 л)	шт	1	0,2	19,60	89,20	389	2011
2	Печенье в ассортименте или корж, маффин, кекс в соответствии требований по детскому питанию, не менее 50 гр. (в индивидуальной упаковке).	шт	3,7	5,15	36,95	209	341	2011
<b>ИТОГО</b>			<b>4,7</b>	<b>5,35</b>	<b>56,55</b>	<b>298,2</b>		

Зав. производством:

Экономист по ценам: *Л*