

«Согласовано»
Директор МОУ № 100



№ 100
И. Боброва

«Утверждаю»

Директор ООО «Венера»



Погосова А.В.

МЕНЮ

на 29.12.2021г.

ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорий ность	№ по сборнику рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-9							
Тефтели с рисом	80	9,8	7,6	11,2	153,3	№307К	
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,5	5,7	33,3	206,4	№203	
Соус томатный	30	0,2	0,7	1,5	13,2	№363К	
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	14,8	59,3	№376	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9		
ИТОГО		18,6	14,2	80,3	524,1		72-09
ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-9							
Тефтели с рисом	100	12,5	9,6	14,1	191,6	№307К	
Макаронные изделия отварные с маслом	180	6,6	6,9	39,9	247,6	№203	
Соус томатный	30	0,2	0,7	1,5	13,2	№363К	
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	14,8	59,3	№376	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9		
ИТОГО		22,4	17,4	89,8	603,6		72-09

Зав. производством:

Экономист по ценам: *h*



МЕНЮ

на 29.12.2021г.

ОБЕД для обучающихся возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность	№ по сборнику рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-9							
Овощи свежие, отварные, соленые	60	1,3	0,4	7,7	37,0		
Суп картофельный с горохом	200	4,6	4,4	15,2	117,8	№102	
Котлеты рубленые из птицы	80/5	13,0	17,4	12,2	256,5	№294	
Каша пшеничная рассыпчатая	150	6,2	4,2	38,6	217,2	№302	
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		30,1	26,9	136,2	906,3		72-09
ОБЕД для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-9							
Овощи свежие, отварные, соленые	100	2,2	0,6	12,8	61,6		
Суп картофельный с горохом	250	5,8	5,4	19,0	147,3	№102	
Котлеты рубленые из птицы	100/5	16,2	20,7	15,1	312,1	№294	
Каша пшеничная рассыпчатая	180	7,5	5,1	46,4	260,6	№302	
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		37,3	32,4	160,0	1079,2		72-09

Зав. производством:

Экономист по ценам:



№ 100

В. В. Бубова

«Утверждаю»
Директор ООО «Венера»
Погосова А.В.**МЕНЮ**

на 29.12.2021г.

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
ВАРИАНТ-9							
Завтрак							
Тефтели с рисом	80	9,8	7,6	11,2	153,3	№307К	
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,5	5,7	33,3	206,4	№203	
Соус томатный	30	0,2	0,7	1,5	13,2	№363К	
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	14,8	59,3	№376	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9		
Итого		18,6	14,2	80,3	524,1		
2-й завтрак							
Коржик молочный	75	4,9	8,1	49,2	292,0	№456	
Кофейный напиток на молоке	200	2,3	1,3	25,9	123,5	№692	
Итого		7,2	9,4	75,1	415,5		
Всего		25,8	23,6	155,4	939,6		102-99
Питание обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов возрастной группы 12-18 лет 1 смена							
ВАРИАНТ-9							
Завтрак							
Тефтели с рисом	100	12,5	9,6	14,1	191,6	№307К	
Макаронные изделия отварные с маслом	180	6,6	6,9	39,9	247,6	№203	
Соус томатный	30	0,2	0,7	1,5	13,2	№363К	
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	14,8	59,3	№376	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9		
Итого		22,4	17,4	89,8	603,6		
2-й завтрак							
Коржик молочный	75	4,9	8,1	49,2	292,0	№456	
Кофейный напиток на молоке	200	2,3	1,3	25,9	123,5	№692	
Итого		7,2	9,4	75,1	415,5		
Всего		29,6	26,8	164,9	1019,1		102-99

Зав. производством:

Экономист по ценам: 



«Согласовано»
 Директор МОУ № 100
(Signature) В. Баброва



«Утверждаю»
 Директор ООО «Венера»
 Подгосова А.В.

МЕНЮ

на 29.12.2021г.

ОБЕД для обучающихся возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность	№ по сборнику рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-9							
Овощи свежие, отварные, соленые	60	1,3	0,4	7,7	37,0		
Суп картофельный с горохом	200	4,6	4,4	15,2	117,8	№102	
Котлеты рубленые из птицы	80/5	13,0	17,4	12,2	256,5	№294	
Каша пшеничная рассыпчатая	150	6,2	4,2	38,6	217,2	№302	
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		30,1	26,9	136,2	906,3		72-09
ОБЕД для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-9							
Овощи свежие, отварные, соленые	100	2,2	0,6	12,8	61,6		
Суп картофельный с горохом	250	5,8	5,4	19,0	147,3	№102	
Котлеты рубленые из птицы	100/5	16,2	20,7	15,1	312,1	№294	
Каша пшеничная рассыпчатая	180	7,5	5,1	46,4	260,6	№302	
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		37,3	32,4	160,0	1079,2		72-09

Зав. производством:

Экономист по ценам:

(Signature)

«Согласовано»

Директор МОУ № 200



«Утверждаю»

Директор ООО «Венера»

Погосова А.В.



Дополнительное меню для детей в возрасте 7-11 лет

на 29.12.2021г.

Вариант 3

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
1	Печенье в ассортименте или корж, маффин, кекс в соответствии требований по детскому питанию, не менее 50 гр. (в индивидуальной упаковке).	шт	6	19	43,2	367,1		
2	Яблоки свежие (не менее 150 грамм)	шт	0,6	0,6	14,3	68,4	338	2011
	ИТОГО		6,6	19,6	57,5	435,5		

Зав. производством:

Экономист по ценам: 