



Копие Венера. Иванова И.В.



МЕНЮ

на 29.01.2025

ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорий ность	№ по сборнику рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-3							
Бутерброд с маслом сливочным	10/40	7,5	7,6	15,1	145	1	
Каша молочная манная	200	6,8	8,3	35,1	241	302	
Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	43	338	
Чай с сахаром (каркаде)	200	0,2	0,0	15,0	61	378	
Итого за прием пищи:	550	14,9	16,3	74,7	490		95,40
ЗАВТРАК для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-3							
Бутерброд с маслом сливочным	10/40	7,5	7,6	15,1	145	1	
Каша молочная манная	250	8,5	10,4	43,9	301	302	
Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	43	338	
Чай с сахаром (каркаде)	200	0,2	0,0	15,0	61	378	
Итого за прием пищи:	600	16,6	18,4	83,5	550		95,40

Зав. производством:

Экономист по ценам:



Комп. Венера Иванова И.В.



МЕНЮ

на 29.01.2025

ЗАВТРАКИ для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г		Калорий ность	№ по сборнику рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-3							
Завтрак 1							
Бутерброд с маслом сливочным	10/40	7,5	7,6	15,1	145	T.24	
Каша молочная манная	200	6,8	8,3	35,1	241	302	
Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	43	338	
Чай с сахаром (каркаде)	200	0,2	0,0	15,0	61	685	
Итого за прием пищи:	550	14,9	16,3	74,7	490		
Завтрак 2							
Бутерброд с маслом сливочным	5/20	3,7	4,8	9,1	85	1	
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	46	338	
Чай с сахаром и лимоном №377	180/15/7	0,3	0,0	13,7	54	686	
Итого за прием пищи:	327	4,4	5,2	32,3	185		
Всего за день:		19,3	21,5	107,0	675		118,85
ЗАВТРАКИ для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-3							
Завтрак 1							
Бутерброд с маслом сливочным	10/40	7,5	7,6	15,1	145	1	
Каша молочная манная	250	8,5	10,4	43,9	301	302	
Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	43	338	
Чай с сахаром (каркаде)	200	0,2	0,0	15,0	61	378	
Итого за прием пищи:	600	16,6	18,4	83,5	550		
Завтрак 2							
Бутерброд с маслом сливочным	10/40	7,5	7,6	15,1	145	1	
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	46	338	
Чай с сахаром и лимоном	180/15/7	0,3	0,0	13,7	54	686	
Итого за прием пищи:	342	8,2	8,0	38,3	245		
Всего за день:		24,8	26,4	121,8	795		118,85

Зав. производством:

Экономист по ценам:



«Согласовано»

Директор МКОУ № 3

Иванова И.В.

Житие Верия. Иванова И.В.



Утверждаю»

Директор ООО «Венера»

Иванова И.В.

МЕНЮ

на 29.01.2025

ОБЕД для обучающихся возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорий ность	№ по сборнику рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-3							
Овощи по сезону (огурец соленый)	60	0,5	0,1	1,0	7,6	ТТК № 1,2,3,4,5	
Суп из овощей №135	200	1,5	3,0	8,9	68,3	135	
Котлета рыбная Любительская №390	90	12,0	12,8	9,8	126,0	390	
Картофельное пюре	150	4,0	4,0	39,4	210,8	125/128	
Компот из свежих плодов №631	200	0,2	0,2	27,1	111,1	631	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6	
Хлеб пеклеванный	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	790	24,4	20,8	127,0	717,8		95,40
ОБЕД для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-3							
Овощи по сезону (огурец соленый)	100	2,2	0,7	12,8	62,0	ТТК № 1,2,3,4,5	
Суп из овощей №135	250	1,9	3,8	11,1	85,4	135	
Котлета рыбная Любительская №390	100	13,3	14,2	10,9	140,0	390	
Картофельное пюре	180	4,7	4,7	47,3	237,4	125/128	
Компот из свежих плодов №631	200	0,2	0,2	27,1	111,1	631	
Хлеб пшеничный	60	4,4	0,4	29,2	137,8	ТТК № 6	
Хлеб пеклеванный	50	3,2	0,4	20,6	98,9	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	940	29,9	24,4	159,0	872,6		95,40

Зав. производством:

Экономист по ценам:

Иванова И.В.



Копие Верна. Иванова И.В.



МЕНЮ

на 29.01.2025

ОБЕД(ПОЛДНИК) для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность	№ по сборнику рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-3							
Обед							
Овощи по сезону (огурец соленый)	60	0,5	0,1	1,0	7,6	ТТК № 1,2,3,4,5	
Суп из овощей №135	200	1,5	3,0	8,9	68,3	135	
Котлета рыбная Любительская №390	90	12,0	12,8	9,8	126,0	390	
Картофель отварной №125	150	4,0	4,0	39,4	210,8	125/128	
Компот из свежих плодов №631	200	0,2	0,2	27,1	111,1	631	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6	
Хлеб пеклеванный	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	790	24,4	20,8	127,0	717,8		
Полдник							
Кондитерские изделия (вафли, печенье)	20	1,6	2,0	14,4	80,8		
Фрукты свежие №388	100	0,4	0,4	9,5	45,6	388	
Напиток из плодов шиповника	180	0,3	18,1	88,3	398,0	398	
Итого за прием пищи:	300	2,3	20,5	112,2	524,4		
Всего за день:		26,7	41,3	239,2	1242,2		118,85
ОБЕД(ПОЛДНИК) для обучающихся с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-3							
Обед							
Овощи по сезону (огурец соленый)	100	2,2	0,7	12,8	62,0	ТТК № 1,2,3,4,5	
Суп из овощей №135	250	1,9	3,8	11,1	85,4	135	
Котлета рыбная Любительская №390	100	13,3	14,2	10,9	140,0	390	
Картофель отварной №125	180	4,7	4,7	47,3	237,4	125/128	
Компот из свежих плодов №631	200	0,2	0,2	27,1	111,1	631	
Хлеб пшеничный	60	4,4	0,4	29,2	137,8	ТТК № 6	
Хлеб пеклеванный	50	3,2	0,4	20,6	98,9	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	940	29,9	24,4	159,0	872,6		
Полдник							
Напиток из плодов шиповника №398	200	0,7	0,3	20,1	98,1	398	
Фрукты свежие (яблоко) №338	100	0,4	0,4	9,5	45,6	338	
Кондитерские изделия (вафли, печенье)	50	4,0	5,0	35,5	202,0		
Итого за прием пищи:	350	5,1	5,8	65,1	345,7		
Всего за день:		35,0	30,2	224,1	1218,3		118,85

Зав. производством:

Экономист по ценам: