



«Согласовано»

Директор МБОУ *Гимназия № 3*

О.В. Зингарина



«Утверждаю»

Директор ООО «Венера»

Погосова А.В.

МЕНЮ на 10.03. 2022г.

ОБЕД для обучающихся возрастной группы 7-11 лет	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорий ность	№ по сборнику рецептур	Цена руб
ВАРИАНТ-4							
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	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	135/2004	
Котлета рыбная (минтай) №388	90	12,2	8,2	14,3	179,8	388/2004	
Рис припущенный с томатом	150	4,0	4,0	39,4	210,8	513/2004	
Компот из смеси сухофруктов (изюм) №348	200	0,5	0,1	27,4	112,6	348/2011	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6	
Хлеб пеклеванный	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	780	24,2	16,0	127,0	750,2		75-51
ОБЕД для обучающихся возрастной группы 12-18 лет							
ВАРИАНТ-4							
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	100	0,8	0,1	1,6	12,6	ТТК № 1,2,3,4,5	
Суп из овощей №135	250	1,8	3,7	11,0	85,3	135/2004	
Котлета рыбная (минтай) №388	100	13,7	9,2	15,9	199,7	388/2004	
Рис припущенный с томатом	180	4,8	4,8	47,3	252,9	513/2004	
Компот из смеси сухофруктов (изюм) №348	200	0,5	0,1	27,4	112,6	348/2011	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6	
Хлеб пеклеванный	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	910	27,1	18,5	139,2	834,2		75-51

Зав. производством:

Экономист по ценам: