

«Согласовано»

Директор МБОУ ГБОУ № 3

«Утверждаю»

Директор ООО «Венера»

Погосова А.В.

**МЕНЮ**  
на 16.12.2022г.

| ОБЕД для обучающихся<br>возрастной группы 7-11 лет  | Выход<br>г | Белки,<br>г | Жиры,<br>г  | Углеводы,<br>г | Калорий<br>ность | № по<br>сборнику<br>рецептур | Цена<br>руб  |
|---|------------|-------------|-------------|----------------|------------------|------------------------------|--------------|
| <b>ВАРИАНТ-11</b>   |            |             |             |                |                  |                              |              |
| 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 картофельный с крупой (рис) № 101   | 200        | 1,5         | 2,2         | 9,7            | 70,0             | 101/2011                     |              |
| Фрикадельки из птицы с соусом № 297/593   | 90/30      | 16,0        | 12,8        | 8,0            | 191,4            | 297/593/<br>2011/2004        |              |
| Макаронные изделия отварные №203  | 150        | 5,5         | 5,7         | 33,3           | 206,4            | 203/2011                     |              |
| Компот из смеси сухофруктов № 349   | 200        | 0,4         | 0,0         | 30,8           | 126,5            | 349/2011                     |              |
| 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                      |              |
| <b>Итого за прием пищи:</b>   | <b>810</b> | <b>29,4</b> | <b>21,4</b> | <b>118,8</b>   | <b>773,0</b>     |                              | <b>92-51</b> |
| <b>ОБЕД для обучающихся<br/>возрастной группы 12-18 лет</b>   |            |             |             |                |                  |                              |              |
| <b>ВАРИАНТ-11</b>   |            |             |             |                |                  |                              |              |
| Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная) | 100        | 0,8         | 0,2         | 1,7            | 12,7             | ТТК № 1,2,3,4,5              |              |
| Суп картофельный с крупой (рис) № 101   | 250        | 1,9         | 2,8         | 12,1           | 87,5             | 101/2011                     |              |
| Фрикадельки из птицы с соусом № 297/593   | 100/30     | 17,8        | 14,2        | 8,9            | 212,7            | 297/593/<br>2011/2004        |              |
| Макаронные изделия отварные №203  | 180        | 6,5         | 6,8         | 28,2           | 247,7            | 203/2011                     |              |
| Компот из смеси сухофруктов № 349   | 200        | 0,4         | 0,0         | 30,8           | 126,5            | 349/2011                     |              |
| 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                      |              |
| <b>Итого за прием пищи:</b>   | <b>950</b> | <b>33,6</b> | <b>24,7</b> | <b>122,5</b>   | <b>881,10</b>    |                              | <b>92-51</b> |

Зав. производством:

Экономист по ценам: