



Погосова А.В.

МЕНЮ

на 06.11. 2024г.

| 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 | |
| Картофель отварной или картофельное пюре №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 | | 91,69 |
| 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 | |
| Картофель отварной или картофельное пюре № 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 | | 91,69 |

Зав. производством:

[Signature]

Экономист по ценам:

[Signature]