

«Согласовано»

Директор МБОУ ТМ № 2

А.В. Тонгарова

«Утверждаю»

Директор ООО «Венера»

Погосова А.В.

## МЕНЮ

на 10.03.2022г.

| ЗАВТРАКИ для обучающихся с ОВЗ<br>возрастной группы 7-11 лет                                                        | Выход<br>г | Белки,<br>г | Жиры,<br>г  | Углево<br>ды,<br>г | Калорий<br>ность | № по<br>сборнику<br>рецептур | Цена<br>руб   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-------------|-------------|--------------------|------------------|------------------------------|---------------|
| <b>ВАРИАНТ-4</b>                                                                                                    |            |             |             |                    |                  |                              |               |
| <b>Завтрак 1</b>                                                                                                    |            |             |             |                    |                  |                              |               |
| 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              |               |
| Плов из птицы №492                                                                                                  | 150        | 15,3        | 19,0        | 27,4               | 340,8            | 492/2004                     |               |
| Чай с сахаром №376                                                                                                  | 200/15     | 0,1         | 0,0         | 14,8               | 59,3             | 376/2011                     |               |
| Хлеб пшеничный                                                                                                      | 40         | 3,0         | 0,2         | 19,5               | 91,9             | ТТК № 6                      |               |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                                                                         | <b>505</b> | <b>19,2</b> | <b>19,3</b> | <b>63,3</b>        | <b>504,6</b>     |                              |               |
| <b>Завтрак 2</b>                                                                                                    |            |             |             |                    |                  |                              |               |
| Кондитерские изделия (печенье, вафли)                                                                               | 20         | 1,6         | 2,0         | 14,4               | 80,8             |                              |               |
| Фрукты свежие                                                                                                       | 100        | 0,4         | 0,4         | 9,5                | 45,6             |                              |               |
| Напиток из плодов шиповника №398                                                                                    | 180        | 0,3         | 18,1        | 88,3               | 398,0            | 398/2011                     |               |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                                                                         | <b>300</b> | <b>2,9</b>  | <b>20,5</b> | <b>112,2</b>       | <b>524,4</b>     |                              |               |
| <b>Всего за день:</b>                                                                                               |            | <b>21,5</b> | <b>39,8</b> | <b>175,5</b>       | <b>1 029,0</b>   |                              | <b>111,51</b> |
| <b>ЗАВТРАКИ для обучающихся с ОВЗ<br/>возрастной группы 12-18 лет</b>                                               |            |             |             |                    |                  |                              |               |
| <b>ВАРИАНТ-4</b>                                                                                                    |            |             |             |                    |                  |                              |               |
| <b>Завтрак 1</b>                                                                                                    |            |             |             |                    |                  |                              |               |
| 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              |               |
| Плов из птицы №492                                                                                                  | 200        | 20,4        | 25,3        | 36,5               | 454,9            | 492/2004                     |               |
| Чай с сахаром №376                                                                                                  | 200/15     | 0,1         | 0,0         | 14,8               | 59,3             | 376/2011                     |               |
| Хлеб пшеничный                                                                                                      | 40         | 3,0         | 0,2         | 19,5               | 91,9             | ТТК № 6                      |               |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                                                                         | <b>555</b> | <b>24,3</b> | <b>25,6</b> | <b>72,4</b>        | <b>618,7</b>     |                              |               |
| <b>Завтрак 2</b>                                                                                                    |            |             |             |                    |                  |                              |               |
| Кондитерские изделия (печенье, вафли)                                                                               | 30         | 2,4         | 3,0         | 21,6               | 121,2            |                              |               |
| Фрукты свежие                                                                                                       | 100        | 0,4         | 0,4         | 9,5                | 45,6             |                              |               |
| Напиток из плодов шиповника №398                                                                                    | 180        | 0,6         | 0,3         | 18,1               | 88,3             | 398/2011                     |               |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                                                                         | <b>310</b> | <b>3,4</b>  | <b>3,7</b>  | <b>49,2</b>        | <b>255,1</b>     |                              |               |
| <b>Всего за день:</b>                                                                                               |            | <b>27,7</b> | <b>29,3</b> | <b>121,6</b>       | <b>873,8</b>     |                              | <b>111,51</b> |

Зав. производством: И.В. Сидорова

Экономист по ценам: М.