

ООО Виво Маркет

Утверждаю
Директор
МОУ

В. В. Виноградова

В. В. Виноградова

12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ г. Волгограда

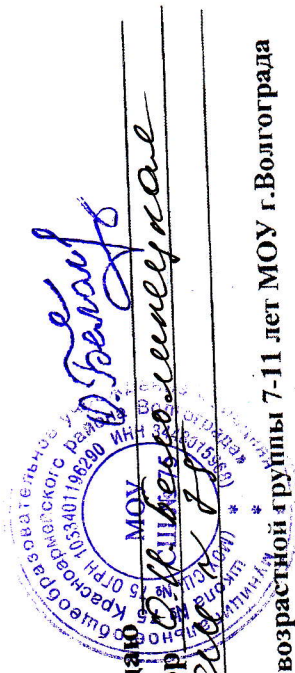
1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Говядина с овощами №278К	150	15,8	26,2	20,2	380,5	8,7	278К	2016
Чай с сахаром №376	200	0,1	0,0	14,8	59,3	0,0	376	2011
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	0,0		
Фрукты свежие (яблоко) №338	150	0,6	0,6	14,3	68,4	9,6	338	2011
Итого за прием пищи:		20,2	27,1	73,6	623,0	18,3		

Зав. производством

ООО Виво Маркет

Утверждаю
Директор
МОУ



12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ г.Волгограда

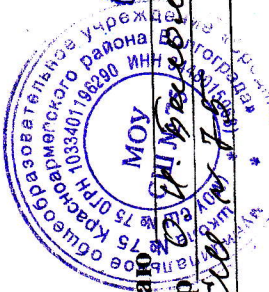
2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины		№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг			
Плов из птицы №492	150	15,3	19,0	27,4	340,8	2,0	492	2004	
Чай с лимоном №377	200	0,2	0,0	15,0	61,6	1,1	377	2011	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,0			
Итого за прием пищи:		18,5	19,2	61,9	494,3	3,1			

Зав. производством

ООО Виво Маркет

Утверждаю
Директор
МОУ



12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ г.Волгограда

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины		№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг			
Каша вязкая молочная рисовая №174	150	4,2	7,2	30,5	205,1	0,2	174	2011	
Яйцо вареное вкрутую №337	1	6,3	5,7	0,4	78,5	0,0	337	2004	
Чай с молоком №421К	200	1,3	1,0	11,8	61,3	0,1	421	2016	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,0			
Итого за прием пищи:		14,8	14,1	62,2	436,8	0,3			

Зав. производством

ООО Виво Маркет

Утвержден
Директор
МОУ *С.С. Селезнева*



12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ г.Волгограда

4 день

Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины		№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг			
Котлеты, биточки, шницели рубленые №268	80	12,9	17,6	11,7	255,9	0,0	268	2011	
Макаронные изделия отварные с маслом №203	150	5,5	5,7	33,3	206,4	0,0	203	2011	
Чай с сахаром №376	200	0,1	0,0	14,8	59,3	0,0	376	2011	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,0			
Итого за прием пищи:		21,5	23,5	79,3	613,5	0,0			

Зав. производством

ООО Виво Маркет

Утверждаю
Директор
МОУ СШ № 7

12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ г.Волгограда

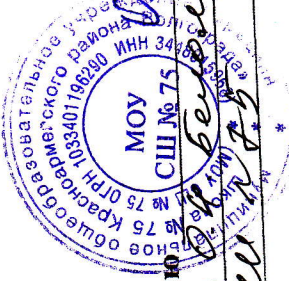
5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины		№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	С, мг		
Коплета рыбная (минтай) №388	80	10,9	7,3	12,8	159,9	0,1	388	2004
Рагу из овощей №224	150	2,6	10,4	13,5	158,3	12,3	224	2004
Чай с лимоном №377	200	0,2	0,0	15,0	61,6	1,1	377	2011
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	0,0		
Итого за прием пищи:		17,4	18,0	65,6	494,6	13,5		

Зав. производством

ООО Виво Маркет

Утверждаю *О. Вельд*
 Директор *О. Вельд*
 МОУ СВ *О. Вельд*



12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ г.Волгограда

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Каша вязкая молочная из риса и пшена Дружба с маслом №175	150	4,1	4,9	26,0	165,5	0,2	175	2011
Сыр (порциями) №15	10	2,2	2,9	0,0	35,3	0,0	15	2011
Чай с молоком №421К	200	1,3	1,0	11,8	61,3	0,1	421	2016
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,0		
Итого за прием пищи:		10,6	9,0	57,3	354,0	0,3		

Зав. производством

ООО Виво Маркет

Утверждаю
Директор
МОУ ССЛ



12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ г.Волгограда

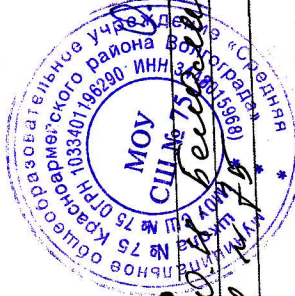
8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины		№ рецеп-тур	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг			
Фрикадельки мясные с соусом №280/330	80/30	12,5	17,0	13,5	256,5	0,2	280/330	2011	
Каша гречневая рассыпчатая №341К	150	6,1	4,8	27,8	178,2	0,0	341	2016	
Чай с лимоном №377	200	0,2	0,0	15,1	61,9	1,1	377	2011	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	0,0			
Итого за прием пищи:		22,5	22,1	80,7	611,4	1,3			

Зав. производством _____

ООО Виво Маркет

Утверждаю
Директор
МОУ СШ № 75



12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ г. Волгограда

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины		№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг			
Тефтели с рисом №307К	80	9,8	7,6	11,2	153,3	0,0	0,0	307	2016
Макаронные изделия отварные с маслом №203	150	5,5	5,7	33,3	206,4	0,0	0,0	203	2011
Соус томатный 30г №363К	30	0,2	0,7	1,5	13,2	0,0	0,4	363	2016
Чай с сахаром №376	200	0,1	0,0	14,8	59,3	0,0	0,0	376	2011
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,0	0,0		
Итого за прием пищи:		18,6	14,2	80,3	524,1		0,4		

Зав. производством _____

ООО Виво Маркет

Утверждаю

Директор *О.А. Виссера*

МОУ СШ №1



12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ г. Волгограда

10 день

Присл. пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины		№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг			
Котлета рыбная (минтай) №388	80	10,9	7,3	12,8	159,9	0,1	388	2004	
Рис отварной №304	150	3,8	5,4	38,9	219,3	0,0	304	2011	
Чай с молоком №421К	200	1,3	1,0	11,8	61,3	0,1	421	2016	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,0			
Итого за прием пищи:		19,0	13,9	83,0	532,4	0,2			

Зав. производством _____

ООО Виво Маркет

Утверждаю

Директор

МОУ СШ № 75

11 день

12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ г.Волгограда

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины		№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	С, мг		
Чахохбили №491	80	9,6	10,6	5,3	155,5	4,6	491	2004
Каша гречневая рассыпчатая №341К	150	6,1	4,8	27,8	178,2	0,0	341	2016
Чай с лимоном №377	200	0,2	0,0	15,1	61,9	1,1	377	2011
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	0,0		
Фрукты свежие (яблоко) №338	150	0,6	0,6	14,3	68,4	9,6	338	2011
Итого за прием пищи:		20,2	16,3	86,8	578,8	15,3		

Зав. производством