



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 рецептур
		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	
Йогурт 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 _____



12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ г. Волгограда

Утверждаю
 Директор МОУ СШ № 1
 Е. П. Мерзлякова

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины		№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг			
Каша вязкая молочная рисовая №174	200	5,6	9,8	40,6	273,2	0,2	174	2011	
Йогурт 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:		16,2	16,7	72,3	504,9	0,3			

Зав. производством _____



для обеспечения горячим питанием (обеды) обучающихся воспитанников 7-11 лет МОУ Волгограда

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг	№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Обед								
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свегла отварная)	60	1,3	0,4	7,7	37,0	2,5		
Борщ с капустой и картофелем №82	200	1,6	4,0	10,4	84,5	7,1	82	2011
Рагу из птицы №289	150	12,7	14,6	13,9	237,8	7,6	289	2011
Компот из свежих плодов (яблоко) №342	200	0,2	0,2	27,5	112,7	1,6	342	2011
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,0		
Хлеб пеклеваный	30	1,9	0,3	12,3	59,4	0,0		
Итого за прием пищи:		20,7	19,7	91,3	623,3	18,8		

Зав. производством _____



12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеда) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ Волгограда

Утверждаю
 Директор
 МОУ



3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины		№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг			
Обед									
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	100	2,2	0,6	12,8	61,6		4,2		
Борщ с капустой и картофелем №82	250	2,1	5,0	13,0	105,8		8,8	82	2011
Рагу из птицы №289	200	16,7	19,4	18,6	316,3		10,0	289	2011
Компот из свежих плодов (яблоко) №342	200	0,2	0,2	27,5	112,7		1,6	342	2011
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9		0,0		
Хлеб пеклеваный	30	1,9	0,3	12,3	59,4		0,0		
Итого за прием пищи:		26,1	25,7	103,7	747,7		24,6		

Зав. производством _____



12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгограда

Утверждаю
Директор
МОУ
С.А. Шереметьева

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины		№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг			
Обед									
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свегла отварная)	60	1,3	0,4	7,7	37,0		2,5		
Борщ с капустой и картофелем №82	200	1,6	4,0	10,4	84,5		7,1	82	2011
Рагу из птицы №289	150	12,7	14,6	13,9	237,8		7,6	289	2011
Компот из свежих плодов (яблок) №342	200	0,2	0,2	27,5	112,7		1,6	342	2011
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9		0,0		
Хлеб пеклеваный	30	1,9	0,3	12,3	59,4		0,0		
Итого за прием пищи:		20,7	19,7	91,3	623,3		18,8		
Полдник									
Пирожок печеный с вишней №406	100	5,9	4,5	46,2	252,9		2,2	406	2011
Напиток из плодов шиповника №388	200	0,7	0,3	20,2	98,1		80,0	388	2011
Итого за прием пищи:		6,6	4,8	66,4	351,0		82,2		
Всего:		27,3	24,5	157,7	974,3		101,0		

Зав. производством *[подпись]*



Дир 12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов

возрастной группы 12-18 лет МОУ Волгограда



Утверждаю
 Директор
 МОУ

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины		№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг			
Обед									
Овоши по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	100	2,2	0,6	12,8	61,6		4,2		
Борщ с капустой и картофелем №82	250	2,1	5,0	13,0	105,8		8,8	82	2011
Рагу из птицы №289	200	16,7	19,4	18,6	316,3		10,0	289	2011
Компот из свежих плодов (яблоко) №342	200	0,2	0,2	27,5	112,7		1,6	342	2011
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9		0,0		
Хлеб пеклеваный	30	1,9	0,3	12,3	59,4		0,0		
Итого за прием пищи:		26,1	25,7	103,7	747,7		24,6		
Подник									
Пирожок печеный с вишней №406	100	5,9	4,5	46,2	252,9		2,2	406	2011
Напиток из плодов шиповника №388	200	0,7	0,3	20,2	98,1		80,0	388	2011
Итого за прием пищи:		6,6	4,8	66,4	351,0		82,2		
Всего:		32,7	30,5	170,1	1 098,7		106,8		

Зав. производством