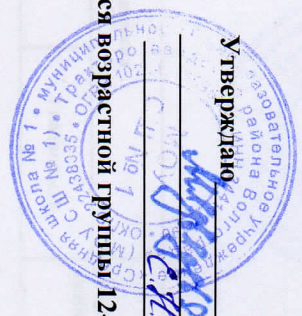




Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеды) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ г. Волгограда

1 день



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
ПОМИДОР СВЕЖИЙ ТТК №2	100	1,60	0,10	8,90	42,80	ТТК №2	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) ТТК №43	250	7,60	5,70	20,00	163,00	ТТК №43	
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ ТТК №60	100/30	17,90	20,00	19,30	296,50	ТТК №63	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №129	180	6,12	10,98	41,04	293,40	ТТК №129	
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №392 Д	200	0,18	0,00	15,00	58,00	392	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	45	3,56	0,45	21,74	106,50	ТТК №6	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №7	40	2,64	0,48	13,36	69,33	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	945	39,60	37,71	139,34	1 029,53		

Зав. производством _____



Ежедневное 2-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеда) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ г. Волгограда

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ ТТК №128	100	2,00	0,10	6,70	34,00	ТТК №128	
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47	250	2,00	4,30	10,00	88,00	ТТК №47	
КОГЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПИЦЦЫ ТТК №62	100	16,20	17,20	15,10	280,80	ТТК №62	
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗАЯ (ГАРНИР) ТТК №130	180	5,40	7,40	35,90	214,20	ТТК №130	
ЧАЙ С САХАРОМ №392 Д	200	0,20	0,00	15,00	58,00	392	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	45	3,56	0,45	21,74	106,50	ТТК №6	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №7	40	2,64	0,48	13,36	69,33	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	935	32,00	29,93	117,80	850,83		

Зав. производством *[Signature]*



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



3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1	100	1,60	0,10	8,90	42,80	ТТК №1	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПНОЙ (перловая) ТТК №45	250	1,80	5,20	16,50	122,00	ТТК №45	
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №71	210	17,60	23,20	25,80	388,20	ТТК №71	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №393 Д	200	0,30	0,00	15,20	60,00	393	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	60	4,74	0,60	28,98	142,00	ТТК №6	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ ТТК №7	60	3,96	0,72	20,04	104,00	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	880	30,00	29,82	115,42	859,00		

Зав. производством 



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



4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
ПОМИДОР СВЕЖИЙ ТТК №2	100	1,60	0,10	8,90	42,80	ТТК №2	
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46	250	2,40	5,30	15,70	121,00	ТТК №46	
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ ТТК №38	100	12,00	17,00	13,30	253,60	ТТК № 38	
ПОРЕ ИЗ БОБОВЫХ (ГОРОХ) ТТК №141	180	20,20	5,60	42,12	299,60	ТТК №141	
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №392 Д	180	0,16	0,00	13,50	52,20	392	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	30	2,37	0,30	14,49	71,00	ТТК №6	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №7	30	1,98	0,36	10,02	52,00	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	870	40,73	28,66	118,03	892,20		

Зав. производством



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



5 день

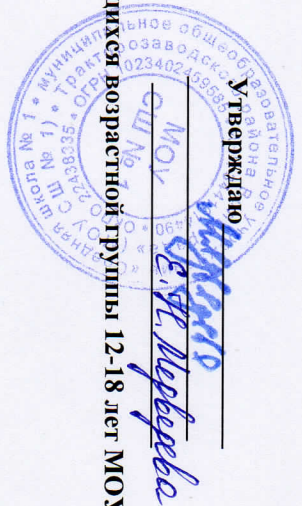
Прем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ ТТК №128	100	2,00	0,10	6,70	34,00	ТТК №128	
ЦИИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47	250	2,00	4,30	10,00	88,00	ТТК №47	
ПШОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	200	20,40	25,30	36,70	416,00	ТТК №67	
ЧАЙ С САХАРОМ №392 Д	200	0,20	0,00	15,00	58,00	392	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	50	3,95	0,50	21,15	118,33	ТТК №6	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №7	40	2,64	0,48	13,36	69,33	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	840	31,19	30,68	105,71	820,66		

Зав. производством _____

[Signature]



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



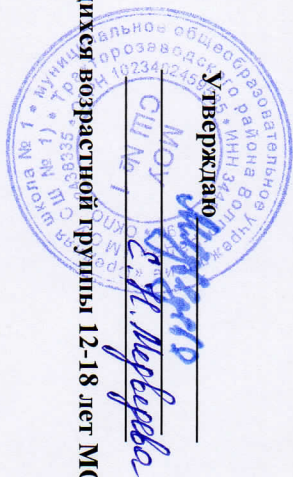
6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1	100	1,60	0,10	8,90	42,80	ТТК №1	
СУП С КРУПНОЙ (рисовая) ТТК №44	250	1,80	5,20	16,50	122,00	ТТК №44	
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	200	16,80	22,80	19,50	368,25	ТТК №66	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №393 Д	200	0,30	0,00	15,20	60,00	393	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	60	4,74	0,60	28,98	142,00	ТТК №6	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №7	60	3,96	0,72	20,04	104,00	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	870	29,20	29,42	109,12	839,05		

Зав. производством 



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



7 день

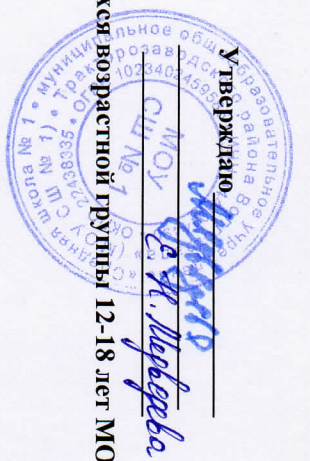
Прем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
ПОМИДОР СВЕЖИЙ ТТК №2	100	1,60	0,10	8,90	42,80	ТТК №2	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПКОЙ (перловая) ТТК №45	250	1,80	5,20	16,50	122,00	ТТК №45	
КОТЛЕТА РЫБНАЯ (минтай) ТТК №77	100	11,2	13,5	12,4	208,4	ТТК №77	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №129	180	6,12	10,98	41,04	293,40	ТТК №129	
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №392 Д	200	0,18	0,00	15,00	58,00	392	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	50	3,95	0,50	21,15	118,33	ТТК №6	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №7	50	3,30	0,60	16,70	86,66	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	930	27,43	27,30	129,55	850,39		

Зав. производством



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

Иванова



8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ ТТК №128	100	2,00	0,10	6,70	34,00	ТТК №128	
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46	250	2,40	5,30	15,70	121,00	ТТК №46	
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	200	20,40	25,30	36,70	416,00	ТТК №67	
ЧАЙ С САХАРОМ №392 Д	200	0,20	0,00	15,00	58,00	392	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	40	3,16	0,40	19,32	94,67	ТТК №6	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ ТТК №7	40	2,64	0,48	13,36	69,33	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	830	30,80	31,58	106,58	830,00		

Зав. производством




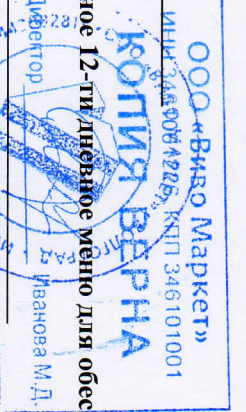
Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеды) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ г. Волгограда

9 день

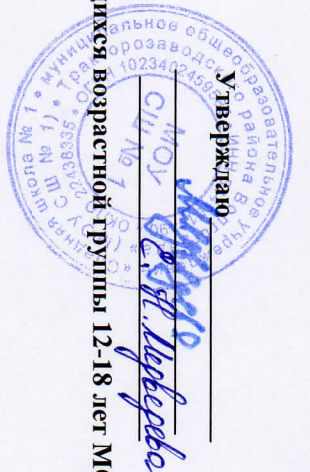


Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1	100	1,60	0,10	8,90	42,80	ТТК №1	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) ТТК №43	250	7,60	5,70	20,00	163,00	ТТК №43	
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №71	200	16,80	22,10	18,80	368,30	ТТК №71	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №393 Д	200	0,30	0,00	15,20	60,00	393	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	60	4,74	0,60	28,98	142,00	ТТК №6	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ ТТК №7	60	3,96	0,72	20,04	104,00	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	870	35,00	29,22	111,92	880,10		

Зав. производством 



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



10 день

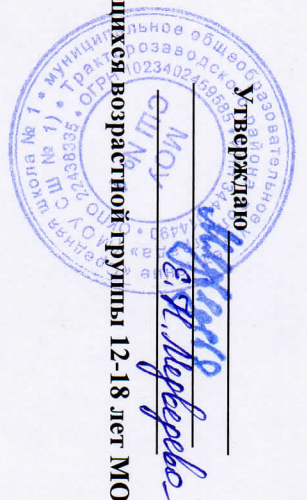
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
ПОМИДОР СВЕЖИЙ ТТК №2	100	1,60	0,10	8,90	42,80	ТТК №2	
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47	250	2,00	4,30	10,00	88,00	ТТК №47	
ФРИКАДЕЛКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ ТТК №60	100/30	17,90	20,00	19,30	296,50	ТТК №63	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №129	180	6,12	10,98	41,04	293,40	ТТК №129	
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №392 Д	180	0,16	0,00	13,50	52,20	392	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	35	2,60	0,30	16,90	82,80	ТТК №6	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №7	35	2,31	0,42	11,70	60,66	ТТК №7	
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,90	14,50	80,90		
Итого за прием пищи:	930	34,23	38,00	137,34	1 003,06		

Зав. производством _____



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

11 день



Прим пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ ТТК №128	100	2,00	0,10	6,70	34,00	ТТК №128	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПНОЙ (перловая) ТТК №45	250	1,80	5,20	16,50	122,00	ТТК №45	
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ ТТК №38	100	12,00	17,00	13,30	253,60	ТТК №38	
ПОРЕ ИЗ БОБОВЫХ (ГОРОХ) ТТК №141	180	20,20	5,60	42,12	299,60	ТТК №141	
ЧАЙ С САХАРОМ №392 Д	200	0,20	0,00	15,00	58,00	392	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	40	3,16	0,40	19,32	94,67	ТТК №6	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №7	50	3,30	0,60	16,70	86,66	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	920	42,66	28,90	129,64	948,53		

Зав. производством _____

(Signature)



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



12 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1	100	1,60	0,10	8,90	42,80	ТТК №1	
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46	250	2,40	5,30	15,70	121,00	ТТК №46	
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	200	16,80	22,80	19,50	368,25	ТТК №66	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОННОМ №393 Д	200	0,30	0,00	15,20	60,00	393	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	60	4,74	0,60	28,98	142,00	ТТК №6	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №7	60	3,96	0,72	20,04	104,00	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	870	29,70	29,52	108,12	836,05		

Зав. производством _____
(Signature)