

УТВЕРЖДАЮ:
Директор ООО «Город Кафе»

С.К. Кандрев

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель общеобразовательного учреждения №2

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

Приложение №1

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

1 день

Продукты, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г			
Обед						
ПОВАРИДОР СОЛЕННЫЙ ТТК №27	100				ТТК №27	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОКОВИМИ (ДРОХ) ТТК №43	250				ТТК №43	
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ ТТК №60	100/30				ТТК №63	
МАКАРОНЫ С КЕЧЕЛИ ОТВАРНЫЕ ТТК №129	180				ТТК №129	
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №392 Д	200				392	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	45				ТТК №6	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ ТТК №7	40				ТТК №7	
Итого за прием пищи:	945	59,60	37,97	139,34		1 029,53

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

2 день

Присл. пищи, наименования блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
МОРКОВЬ ОТПАРИЛА ТТК №128	100					ТТК №128	
ЩИ ИЗ СНЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47	250					ТТК №47	
КОТЛЕТЫ РУБЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	100					ТТК №62	
КАША ПШЕНИЧНАЯ НЕЖКАЯ (С АРНИР) ТТК №130	180					ТТК №130	
ЧАЙ С САХАРОМ №392 Д	200					392	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	45					ТТК №6	
ХЛЕБ ПЕКЛЕНЫЙ ТТК №7	40					ТТК №7	
Итого за присл. пищу:	935	52,00	29,93	117,80	850,83		

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

3 день

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборные рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ ТТК №4	100					ТТК №4	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПНОЙ (перловая) ТТК №45	250					ТТК №45	
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №71	210					ТТК №71	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛЕДЯНОМ №303 Д	200					303	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	60					ТТК №6	
САХАР ПЕКЛЕВАНЫЙ ТТК №7	60					ТТК №7	
Итого:	880	30,00	29,82	115,02	859,00		

Итого: 3 порции пищи:

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

4 день

Пример меню, выполняющее баланс	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ ТТК №27	100					ТТК №27	
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46	230					ТТК №46	
ПЕЧЕНЬ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ ТТК №38	100					ТТК №38	
ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ (ТОРОХ) ТТК №141	180					ТТК №141	
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАШЕ №392 Д	180					392	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	30					ТТК №6	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАЛЫШЬ ТТК №7	30					ТТК №7	
Итого за прием пищи:	870	46,73	26,66	118,03	492,20		

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

5 день

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборные рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
МАРКОВЬ ОТВАРНАЯ ТТК №128	100					ТТК №128	
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47	250					ТТК №47	
ПЛОВ ИЗ ЦИЦЦЫ ТТК №67	200					ТТК №67	
ЧАЙ С САХАРОМ №392 Д	200					392	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЦЫ ТТК №6	50					ТТК №6	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ ТТК №7	40					ТТК №7	
Итого за пример пищи:	840	31,70	30,68	105,71	820,66		

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

6 день

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ ТТК №4	100					ТТК №4	
СУП С КРУПНОЙ (рисовая) ТТК №44	250					ТТК №44	
ПТИЦА, тушенная в соусе с овощами ТТК №66	200					ТТК №66	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №393 Д	200					393	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	60					ТТК №6	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №7	60					ТТК №7	
Итого: р/м пищи:	870 р/	29,20	29,42	109,12	559,05		

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

7 день

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ ТТК №27	100					ТТК №27	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПНОЙ (окрошка) ТТК №45	250					ТТК №45	
КОТЛЕТА РЫБНАЯ (котлет) ТТК №77	100					ТТК №77	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №129	180					ТТК №129	
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №392 Л	200					392	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	50					ТТК №6	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАЛЬНЫЙ ТТК №7	50					ТТК №7	
Итого за присев пищи:	930	27,43	27,30	129,55	850,39		

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

8 день

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Материал	Сборные рецепты
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
МОРОЩА ОТВАРНАЯ ТТК №128	100					ТТК №128	
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46	250					ТТК №46	
ПЛОД ИЗ ПИЩИ ТТК №67	200					ТТК №67	
ЧАЙ С САХАРОМ №392 Д	200					392	2011
ХЛЕБ ПОШЕВНИЧЬИЙ ТТК №66	40					ТТК №66	
ХЛЕБ ПЕКЛЕНЫЙ ТТК №67	40					ТТК №67	
Итого за прием пищи:	830	30,00	31,58	106,58	830,00		

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

10 день

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевода, г			
Обед							
ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ ТТК №27	100					ТТК №27	
ПИРИИЗСЕНЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47	230					ТТК №47	
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ ТТК №60	100/30					ТТК №60	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №129	180					ТТК №129	
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №392 Д	180					392	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	35					ТТК №6	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №7	35					ТТК №7	
ПЕРЧЕНЬЕ	20						
Итого за пример пищи:	930	34,23	38,00	137,34	1 003,06		

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

11 день

Прим. вид, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборные рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ ТТК №128	100					ТТК №128	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПой (средняя) ТТК №45	250					ТТК №45	
ПЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ ТТК №38	100					ТТК №38	
ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ (ГОРОХ) ТТК №141	180					ТТК №141	
ЧАЙ С САХАРОМ №392 Л	200					392	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧЕЛЫЙ ТТК №6	40					ТТК №6	
ХЛЕБ ПЕКЛЕННЫЙ ТТ №7	50					ТТК №7	
Итого за прием пищи:	920	42,66	28,90	129,64	948,53		

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

12 день

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ район-группы	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г			
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ ТТК №4	100				ТТК №4	
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46	250				ТТК №46	
ПТИЦА, тушенная в соусе с овощами ТТК №66	200				ТТК №66	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №93 Д	200				393	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	60				ТТК №6	
ХЛЕБ ЦЕЛЫХ ЗЕРНАННЫЙ ТТК №7	60				ТТК №7	
Итого за период:	870	29,70	29,52	108,12		836,77

«ТОГО ПО ПРЕМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	ж		уг		ккал
	б	ж	уг	ккал	
Итого за период	402,54	370,74	1 428,57	10 619,40	
Среднее значение за период	33,55	30,90	119,05	886,62	
Сопоставление пищевых веществ	1	1	4	4	