

Приложение № 1
к Контракту № от " 31.08 " 2022 г.

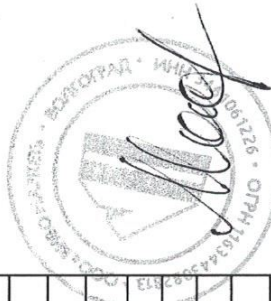
12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет МОУ Волгограда

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ ТТК №101	250					ТТК №101	
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	35/10/5					3	2004
ЧАЙ С САХАРОМ №392 Д	200					392	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	50					ТТК №6	
Итого за прием пищи:	550	21,35	26,70	111,25	698,98		
Полдник							
СЛАДКАЯ БУЛОЧКА	150					ТТК №42	
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	200					360	2011
Итого за прием пищи:	350	10,56	14,35	109,07	606,10		
Всего:		31,91	41,05	220,32	1 305,08		

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ ТТК №4	100					ТТК №4	
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	200					ТТК №67	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №393 Д	200					393	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	50					ТТК №6	
Итого за прием пищи:	550	26,25	25,90	81,75	637,13		
Полдник							
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	150					ТТК №40	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692	200					692	2004
Итого за прием пищи:	350	12,76	9,37	95,63	517,30		
Всего:		39,01	35,27	177,38	1 154,43		



3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г			
Завтрак						
ПЕФТЕЛИ С РИСОМ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №65	100/30				ТТК №65	
САША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) ТТК №137	180				ТТК №137	
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №392 Д	200				392	2011
КЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	40				ТТК №6	
Итого за прием пищи:	550	19,86	20,40	75,42		563,57
Полдник						
ИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ВИШНЕЙ	150				ТТК №39	
СОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоко) №342	200				342	2011
Итого за прием пищи:	350	8,99	8,6	113,45		569,60
Итого:		28,85	29,00	188,87		1 133,17

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г			
Завтрак						
САША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ ТТК №102	250				ТТК №102	
УТЕРБРОД С СЫРОМ №3	35/10/5				3	2004
ЧАЙ С САХАРОМ №392 Д	200				392	2011
КЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	50				ТТК №6	
Итого за прием пищи:	550	20,85	26,10	92,75		598,68
Полдник						
ЛЮШКА МОСКОВСКАЯ	150				ТТК №41	
ИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	200				360	2011
Итого за прием пищи:	350	10,93	14,79	111,42		620,06
Итого:		31,78	40,89	204,17		1 218,74

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г			
Завтрак						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ ТТК №4	100				ТТК №4	
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ ТТК №70	120				ТТК №70	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №129	180				ТТК №129	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №393 Д	200				393	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	40				ТТК №6	
Итого за прием пищи:	640	22,70	24,32	88,06	692,59	
Полдник						
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	150				ТТК №40	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692	200				692	2004
Итого за прием пищи:	350	12,76	9,37	95,63	517,30	
Всего:		35,46	33,69	183,69	1 209,89	

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г			
Завтрак						
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ №335	250				335	2004
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №127	30/20				ТТК №127	
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №392-Д	200				392	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	50				ТТК №6	
Итого за прием пищи:	550	20,45	16,95	105,98	671,23	
Полдник						
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ВИШНЕЙ	150				ТТК №39	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблок) №342	200				342	2011
Итого за прием пищи:	350	8,99	8,69	113,45	569,60	
Всего:		29,44	25,64	219,43	1 240,83	

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ ТТК №128	100					ТТК №128	
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №71	200					ТТК №71	
ЧАЙ С САХАРОМ №392 Д	200					392	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	50					ТТК №6	
Итого за прием пищи:	550	22,95	2,70	61,65	578,63		
Полдник							
СЛАДКАЯ БУЛОЧКА	150					ТТК №42	
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	200					360	2011
Итого за прием пищи:	350	10,56	14,45	109,07	606,10		
Всего:		33,51	37,15	170,72	1 184,73		

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ ТТК №4	100					ТТК №4	
КОЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	100					ТТК №62	
ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ (ГОРОХ) ТТК №141	180					ТТК №141	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №393 Д	200					393	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	40					ТТК №6	
Итого за прием пищи:	620	41,46	23,30	100,64	777,87		
Полдник							
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	150					ТТК №40	
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №348	200					348	2011
Итого за прием пищи:	350	10,96	8,17	97,13	506,40		
Всего:		52,42	31,47	197,77	1 284,27		

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г		Углеводы, г			
		Жиры, г					
Завтрак							
ТЕФТЕЛИ С РИСОМ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №65	100/30					ТТК №65	
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) ТТК №130	180					ТТК №130	
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №392 Д	200					392	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	40					ТТК №6	
Итого за прием пищи:	550	21,46	20,00	85,72	594,17		
Полдник							
ПЛОШКА МОСКОВСКАЯ	150					ТТК №41	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692	200					692	2004
Итого за прием пищи:	350	13,13	16,09	109,12	633,26		
Всего:		34,59	36,69	194,84	1 227,43		

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г		Углеводы, г			
		Жиры, г					
Завтрак							
КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ ТТК №101	250					ТТК №101	
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	35/10/5					3	2004
ЧАЙ С САХАРОМ №392 Д	200					392	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	50					ТТК №6	
Итого за прием пищи:	550	21,35	26,70	111,25	698,98		
Полдник							
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ВИШНЕЙ	150					ТТК №39	
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	200					360	2011
Итого за прием пищи:	350	8,89	8,49	114,15	567,20		
Всего:		30,24	35,19	225,40	1 266,18		

11 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ ТТК №4	100				ТТК №4		
КОТЛЕТА РЫБНАЯ (минтай) ТТК №77	100				ТТК №77		
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №129	180				ТТК №129		
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №393 Д	200				393	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	40				ТТК №6		
Итого за прием пищи:	620	22,38	24,98	96,86		699,27	
Полдник							
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	150				ТТК №40		
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №348	200				348	2011	
Итого за прием пищи:	350	10,96	8,7	97,13		506,40	
Всего:		33,34	33,5	193,99		1 205,67	

12 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (сладким) ТТК №100	250/50				ТТК №100		
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №392 Д	200				392	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	50				ТТК №6		
Итого за прием пищи:	550	19,55	18,70	118,85		686,03	
Полдник							
ПЮЖКА МОСКОВСКАЯ	150				ТТК №41		
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692	200				692	2004	
Итого за прием пищи:	350	13,13	16,09	109,12		633,26	
Всего:		32,68	34,79	227,97		1 319,29	

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	б	ж	уг	ккал
Итого за период	413,23	414,7	2 404,55	14 749,71
Среднее значение за период	34,44	34,5	200,38	1 229,14
Соотношение пищевых веществ	1	1	4	

Приложение № 1
к Контракту № _____ от " 31.08. " 2022 г.

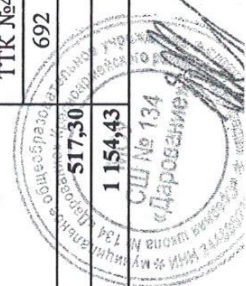
12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухраз'ным питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет МОУ Волгограда

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ ТТК №101	250				ТТК №101		
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	35/10/5				3	2004	
ЧАЙ С САХАРОМ №392 Д	200				392	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	50				ТТК №6		
Итого за прием пищи:	550	35	26,70	111,25	698,98		
Полдник							
СЛАДКАЯ БУЛОЧКА	150				ТТК №42		
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	200				360	2011	
Итого за прием пищи:	350	10,56	14,45	109,07	606,10		
Всего:		31,91	41,15	220,32	1 305,08		

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1	100				ТТК №1		
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	200				ТТК №67		
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №393 Д	200				393	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	50				ТТК №6		
Итого за прием пищи:	550	5,25	25,90	81,75	637,13		
Полдник							
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	150				ТТК №40		
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692	200				692	2004	
Итого за прием пищи:	350	12,76	9,37	95,63	517,30		
Всего:		39,01	35,27	177,38	1 154,43		



3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ТЕФТЕЛИ С РИСОМ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №65	100/30				ТТК №65		
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) ТТК №137	180				ТТК №137		
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №392 Д	200				392		2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	40				ТТК №6		
Итого за прием пищи:	550	19,86	20,40	75,42		563,57	
Полдник							
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ВИШНЕЙ	150				ТТК №39		
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблок) №342	200				342		2011
Итого за прием пищи:	350	8,99	8,69	113,45		569,60	
Всего:		28,85	29,09	188,87		1 133,17	

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ ТТК №102	250				ТТК №102		
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	35/10/5				3		2004
ЧАЙ С САХАРОМ №392 Д	200				392		2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	50				ТТК №6		
Итого за прием пищи:	550	20,85	26,10	92,75		598,68	
Полдник							
ПЛОШКА МОСКОВСКАЯ	150				ТТК №41		
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	200				360		2011
Итого за прием пищи:	350	10,13	14,79	111,42		620,06	
Всего:		31,78	40,89	204,17		1 218,74	

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1	100					ТТК №1	
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ ТТК №70	120					ТТК №70	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №129	180					ТТК №129	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №393 Д	200					393	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	40					ТТК №6	
Итого за прием пищи:	640	22,70	24,32	88,06	692,59		
Полдник							
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	150					ТТК №40	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692	200					692	2004
Итого за прием пищи:	350	12,76	9,37	95,63	517,30		
Всего:		35,46	33,69	183,69	1 209,89		

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ №335	250					335	2004
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №127	30/20					ТТК №127	
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №392 Д	200					392	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	50					ТТК №6	
Итого за прием пищи:	550	10,45	16,95	105,98	671,23		
Полдник							
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ВИШНЕЙ	150					ТТК №39	
КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблок) №342	200					342	2011
Итого за прием пищи:	350	8,99	8,69	113,45	569,60		
Всего:		29,44	25,64	219,43	1 240,83		

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ТЕФТЕЛИ С РИСОМ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №65	100/30					ТТК №65	
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) ТТК №130	180					ТТК №130	
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №392 Д	200					392	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	40					ТТК №6	
Итого за прием пищи:	550	21,46	20,60	85,72	594,17		
Полдник							
ПЛОШКА МОСКОВСКАЯ	150					ТТК №41	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692	200					692	2004
Итого за прием пищи:	350	13,13	16,09	109,12	633,26		
Всего:		34,59	36,69	194,84	1 227,43		

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ ТТК №101	250					ТТК №101	
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	35/10/5					3	2004
ЧАЙ С САХАРОМ №392 Д	200					392	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	50					ТТК №6	
Итого за прием пищи:	550	21,35	26,70	111,25	698,98		
Полдник							
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ВИШНЕЙ	150					ТТК №39	
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	200					360	2011
Итого за прием пищи:	350	8,89	8,49	114,15	567,20		
Всего:		30,24	35,19	225,40	1 266,18		

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ ТТК №128	100				ТТК №128		
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №71	200				ТТК №71		
ЧАЙ С САХАРОМ №392 Д	200				392		2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	50				ТТК №6		
Итого за прием пищи:	550	22,95	22,70	61,65	578,63		
Полдник							
СЛАДКАЯ БУЛОЧКА	150				ТТК №42		
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	200				360		2011
Итого за прием пищи:	350	10,56	14,45	109,07	606,10		
Всего:		33,51	37,15	170,72	1 184,73		

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1	100				ТТК №1		
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	100				ТТК №62		
ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ (ГОРОХ) ТТК №141	180				ТТК №141		
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №393 Д	200				393		2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	40				ТТК №6		
Итого за прием пищи:	620	41,46	23,30	100,64	777,87		
Полдник							
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	150				ТТК №40		
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №348	200				348		2011
Итого за прием пищи:	350	10,96	8,17	97,13	506,40		
Всего:		52,42	31,47	197,77	1 284,27		

11 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1	100				ТТК №1		
КОТЛЕТА РЫБНАЯ (минтай) ТТК №77	100				ТТК №77		
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №129	180				ТТК №129		
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №393 Д	200				393	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	40				ТТК №6		
Итого за прием пищи:	620	42,38	24,98	96,86		699,27	
Полдник							
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	150				ТТК №40		
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №348	200				348	2011	
Итого за прием пищи:	350	10,96	8,17	97,13		506,40	
Всего:		33,34	33,15	193,99		1 205,67	

12 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (сладким) ТТК №100	250/50				ТТК №100		
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №392 Д	200				392	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	50				ТТК №6		
Итого за прием пищи:	550	19,55	18,70	118,85		686,03	
Полдник							
ПЛЮШКА МОСКОВСКАЯ	150				ТТК №41		
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692	200				692	2004	
Итого за прием пищи:	350	13,13	16,09	109,12		633,26	
Всего:		32,68	34,79	227,97		1 319,29	

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	б	ж	уг	ккал
Итого за период	413,23	414,17	2 404,55	14 749,71
Среднее значение за период	34,44	34,51	200,38	1 229,14
Соотношение пищевых веществ	1	1	4	

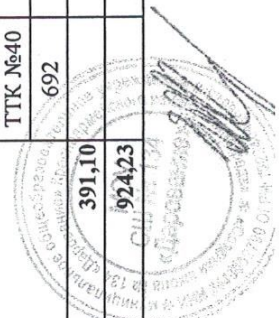
12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгограда

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ ТТК №101	200				ТТК №101		
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	35/10/5				3	2004	
ЧАЙ С САХАРОМ №392 Д	200				392	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	50				ТТК №6		
Итого за прием пищи:	500	19,25	22,80	99,65	624,38		
Полдник							
СЛАДКАЯ БУЛОЧКА	100				ТТК №42		
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	200				360	2011	
Итого за прием пищи:	300	7,94	10,09	84,62	458,41		
Всего:		27,19	32,89	184,27	1 082,79		

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1	100				ТТК №1		
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	150				ТТК №67		
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №393 Д	200				393	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	50				ТТК №6		
Итого за прием пищи:	500	21,15	19,60	72,65	533,13		
Полдник							
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	100				ТТК №40		
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692	200				692	2004	
Итого за прием пищи:	300	9,41	6,80	73,20	391,10		
Всего:		30,56	26,40	145,85	924,23		



3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ТЕФТЕЛИ С РИСОМ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №65	90/30					ТТК №65	
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) ТТК №137	150					ТТК №137	
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №392 Д	200					392	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	30					ТТК №6	
Итого за прием пищи:	500	17,0	17,60	64,90	487,60		
Полдник							
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ВИШНЕЙ	100					ТТК №39	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблок) №342	200					342	2011
Итого за прием пищи:	300	6,66	6,60	89,48	445,36		
Всего:		23,76	24,20	154,38	932,96		

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ ТТК №102	200					ТТК №102	
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	35/10/5					3	2004
ЧАЙ С САХАРОМ №392 Д	200					392	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	60					ТТК №6	
Итого за прием пищи:	500	14,64	15,40	92,68	567,85		
Полдник							
ПЛЮШКА МОСКОВСКАЯ	100					ТТК №41	
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	200					360	2011
Итого за прием пищи:	300	7,94	10,09	84,60	458,41		
Всего:		22,58	25,49	177,28	1 026,26		

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1	60					ТТК №1	
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ ТТК №70	100					ТТК №70	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №129	150					ТТК №129	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №393 Д	200					393	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	30					ТТК №6	
Итого за прием пищи:	540	18,30	20,25	72,20	569,30		
Полдник							
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	100					ТТК №40	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692	200					692	2004
Итого за прием пищи:	300	9,41	6,80	73,20	391,10		
Всего:		27,71	27,05	145,40	960,40		

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ №335	200					335	2004
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №127	30/20					ТТК №127	
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №392 Д	200					392	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	50					ТТК №6	
Итого за прием пищи:	500	17,85	13,70	97,45	595,73		
Полдник							
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ВИШНЕЙ	100					ТТК №39	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоко) №342	200					342	2011
Итого за прием пищи:	300	6,60	6,60	89,48	445,36		
Всего:		24,51	20,30	186,93	1 041,09		

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ ТТК №128	100				ТТК №128		
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ ТТК 71	150				ТТК №71		
ЧАЙ С САХАРОМ №392 Д	200				392		2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	50				ТТК №6		
Итого за прием пищи:	500	18,75	17,20	56,95	486,53		
Полдник							
СЛАДКАЯ БУЛОЧКА	100				ТТК №42		
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	200				360		2011
Итого за прием пищи:	300	7,94	10,09	84,62	458,41		
Всего:		26,69	27,29	141,57	944,94		

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1	60				ТТК №1		
КОТЛЕТЫ РУБЕЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	90				ТТК №62		
ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ (ГОРОХ) ТТК №141	150				ТТК №141		
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №393 Д	200				393		2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	30				ТТК №6		
Итого за прием пищи:	530	35,00	20,70	83,50	659,00		
Полдник							
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	100				ТТК №40		
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №348	200				348		2011
Итого за прием пищи:	300	7,61	5,60	74,70	380,20		
Всего:		42,61	26,30	158,20	1 039,20		

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г			
Завтрак						
ТЕФТЕЛИ С РИСОМ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №65	90/30				ТТК №65	
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) ТТК №130	150				ТТК №130	
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №392 Д	200				392	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	30				ТТК №6	
Итого за прием пищи:	560	18,40	17,80	73,50		513,10
Полдник						
ПЛЮШКА МОСКОВСКАЯ	100				ТТК №41	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692	200				692	2004
Итого за прием пищи:	300	10,14	11,39	82,30		471,61
Всего:		28,54	29,19	155,80		984,71

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г			
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ ТТК №101	200				ТТК №101	
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	35/10/5				3	2004
ЧАЙ С САХАРОМ №392 Д	200				392	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	50				ТТК №6	
Итого за прием пищи:	500	19,25	22,80	99,65		624,38
Полдник						
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ВИШНЕЙ	100				ТТК №39	
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	200				360	2011
Итого за прием пищи:	300	6,56	6,40	90,18		442,96
Всего:		25,81	29,20	189,83		1 067,34

11 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1	60					ТТК №1	
КОЛЛЕТА РЫБНАЯ (минтай) ТТК №77	90					ТТК №77	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №129	150					ТТК №129	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №393 Д	200					393	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	30					ТТК №6	
Итого за прием пищи:	530	18,70	22,85	80,50	600,40		
Полдник							
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	100					ТТК №40	
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №348	200					348	2011
Итого за прием пищи:	300	7,61	5,60	74,70	380,20		
Всего:		26,31	28,45	155,20	980,60		

12 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (сладким) ТТК №100	200/50					ТТК №100	
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №392 Д	200					392	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	50					ТТК №6	
Итого за прием пищи:	500	17,65	17,05	117,60	705,33		
Полдник							
ПЛЮШКА МОСКОВСКАЯ	100					ТТК №41	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692	200					692	2004
Итого за прием пищи:	300	10,14	11,39	82,30	471,61		
Всего:		27,79	28,44	199,90	1 176,94		

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	б	жк	уг	ккал
Итого за период	334,06	325,20	1 994,61	12 161,46
Среднее значение за период	27,84	27,10	166,22	1 013,46
Соотношение пищевых веществ	1	1	4	