

Утверждаю \_\_\_\_\_

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастными группами МОУ г.Волгограда

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ ТТК №101	200	8,40	15,50	46,40	298,20
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	35/10/5	6,70	6,80	17,10	149,85
ЧАЙ С САХАРОМ №392 Д	200	0,20	0,00	15,00	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	50	3,95	0,50	21,15	118,33
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>19,25</b>	<b>22,80</b>	<b>99,65</b>	<b>624,38</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_

Утверждаю \_\_\_\_\_

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастными группами МОУ г.Волгограда

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ ТТК №4	100	1,60	0,10	8,90	42,80
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	150	15,30	19,00	27,40	312,00
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №393 Д	200	0,30	0,00	15,20	60,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	50	3,95	0,50	21,15	118,33
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>21,15</b>	<b>19,60</b>	<b>72,65</b>	<b>533,13</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_

Утверждаю \_\_\_\_\_

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастными группами  
лет МОУ г.Волгограда

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
ТЕФТЕЛИ С РИСОМ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №65	90/30	11,30	11,30	14,10	205,60
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) ТТК №137	150	3,20	6,00	21,30	153,00
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №392 Д	200	0,20	0,00	15,00	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	30	2,40	0,30	14,50	71,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>17,10</b>	<b>17,60</b>	<b>64,90</b>	<b>487,60</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_

Утверждаю \_\_\_\_\_

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастными группами  
лет МОУ г.Волгограда

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ ТТК №102	200	3,00	8,00	31,60	218,00
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	35/10/5	6,70	6,80	17,10	149,85
ЧАЙ С САХАРОМ №392 Д	200	0,20	0,00	15,00	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	60	4,74	0,60	28,98	142,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>14,64</b>	<b>15,40</b>	<b>92,68</b>	<b>567,85</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_

Утверждаю \_\_\_\_\_

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастными группами МОУ г.Волгограда

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ ТТК №4	60	0,90	0,10	5,30	25,70
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ ТТК №70	100	9,60	10,70	3,00	168,10
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №129	150	5,10	9,15	34,20	244,50
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №393 Д	200	0,30	0,00	15,20	60,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	30	2,40	0,30	14,50	71,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>540</b>	<b>18,30</b>	<b>20,25</b>	<b>72,20</b>	<b>569,30</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_

Утверждаю \_\_\_\_\_

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастными группами  
лет МОУ г.Волгограда

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ №335	200	10,40	13,00	34,10	302,00
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №127	30/20	3,30	0,20	27,20	117,40
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №392 Д	200	0,20	0,00	15,00	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	50	3,95	0,50	21,15	118,33
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>17,85</b>	<b>13,70</b>	<b>97,45</b>	<b>595,73</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_

Утверждаю \_\_\_\_\_

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастными группами МОУ г.Волгограда

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ ТТК №128	100	2,00	0,10	6,70	34,00
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ ТТК 71	150	12,60	16,60	14,10	276,20
ЧАЙ С САХАРОМ №392 Д	200	0,20	0,00	15,00	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	50	3,95	0,50	21,15	118,33
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>18,75</b>	<b>17,20</b>	<b>56,95</b>	<b>486,53</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_

Утверждаю \_\_\_\_\_

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастными группами МОУ г.Волгограда

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ ТТК №4	60	0,90	0,10	5,30	25,70
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	90	14,60	15,60	13,40	252,60
ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ (ГОРОХ) ТТК №141	150	16,80	4,70	35,10	249,70
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №393 Д	200	0,30	0,00	15,20	60,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	30	2,40	0,30	14,50	71,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>530</b>	<b>35,00</b>	<b>20,70</b>	<b>83,50</b>	<b>659,00</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_

Утверждаю \_\_\_\_\_

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастными группами  
лет МОУ г.Волгограда

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
ТЕФТЕЛИ С РИСОМ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №65	90/30	11,30	11,30	14,10	205,60
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) ТТК №130	150	4,50	6,20	29,90	178,50
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №392 Д	200	0,20	0,00	15,00	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	30	2,40	0,30	14,50	71,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>560</b>	<b>18,40</b>	<b>17,80</b>	<b>73,50</b>	<b>513,10</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_

Утверждаю \_\_\_\_\_

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастными группами МОУ г.Волгограда

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ ТТК №101	200	8,40	15,50	46,40	298,20
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	35/10/5	6,70	6,80	17,10	149,85
ЧАЙ С САХАРОМ №392 Д	200	0,20	0,00	15,00	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	50	3,95	0,50	21,15	118,33
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>19,25</b>	<b>22,80</b>	<b>99,65</b>	<b>624,38</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_

Утверждаю \_\_\_\_\_

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастными группами МОУ г.Волгограда

11 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ ТТК №4	60	0,90	0,10	5,30	25,70
КОТЛЕТА РЫБНАЯ (минтай) ТТК №77	90	10,0	13,3	11,3	199,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №129	150	5,10	9,15	34,20	244,50
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №393 Д	200	0,30	0,00	15,20	60,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	30	2,40	0,30	14,50	71,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>530</b>	<b>18,70</b>	<b>22,85</b>	<b>80,50</b>	<b>600,40</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_

Утверждаю \_\_\_\_\_

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастными группами МОУ г.Волгограда

12 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (сладким) ТТК №100	200/50	13,50	16,55	81,45	529,00
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №392 Д	200	0,20	0,00	15,00	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	50	3,95	0,50	21,15	118,33
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>17,65</b>	<b>17,05</b>	<b>117,60</b>	<b>705,33</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**й группы 7-11**

<b>№ рецеп- туры</b>	<b>Сборник рецептур</b>
ТТК №101	
3	2004
392	2011
ТТК №6	

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**й группы 7-11**

<b>№ рецеп- туры</b>	<b>Сборник рецептур</b>
ТТК №4	
ТТК №67	
393	2011
ТТК №6	

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**й группы 7-11**

<b>№ рецеп- туры</b>	<b>Сборник рецептур</b>
ТТК №65	
ТТК №137	
392	2011
ТТК №6	

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**й группы 7-11**

<b>№ рецеп- туры</b>	<b>Сборник рецептур</b>
ТТК №102	
3	2004
392	2011
ТТК №6	

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**й группы 7-11**

<b>№ рецеп- туры</b>	<b>Сборник рецептур</b>
ТТК №4	
ТТК №70	
ТТК №129	
393	2011
ТТК №6	

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**й группы 7-11**

<b>№ рецеп- туры</b>	<b>Сборник рецептур</b>
335	2004
ТТК №127	
392	2011
ТТК №6	

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**й группы 7-11**

<b>№ рецеп- туры</b>	<b>Сборник рецептур</b>
ТТК №128	
ТТК №71	
392	2011
ТТК №6	

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**й группы 7-11**

<b>№ рецеп- туры</b>	<b>Сборник рецептур</b>
ТТК №4	
ТТК №62	
ТТК №141	
393	2011
ТТК №6	

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**й группы 7-11**

<b>№ рецеп- туры</b>	<b>Сборник рецептур</b>
ТТК №65	
ТТК №130	
392	2011
ТТК №6	

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**й группы 7-11**

<b>№ рецеп- туры</b>	<b>Сборник рецептур</b>
ТТК №101	
3	2004
392	2011
ТТК №6	

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**й группы 7-11**

<b>№ рецеп- туры</b>	<b>Сборник рецептур</b>
ТТК №4	
ТТК №77	
ТТК №129	
393	2011
ТТК №6	

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**й группы 7-11**

<b>№ рецеп- туры</b>	<b>Сборник рецептур</b>
ТТК №100	
392	2011
ТТК №6	