

Утверждаю \_\_\_\_\_

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возраст  
18 лет 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	250	10,50	19,40	58,00	372,80
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>550</b>	<b>21,35</b>	<b>26,70</b>	<b>111,25</b>	<b>698,98</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_

Утверждаю \_\_\_\_\_

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возраст  
18 лет 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	200	20,40	25,30	36,70	416,00
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>550</b>	<b>26,25</b>	<b>25,90</b>	<b>81,75</b>	<b>637,13</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_

Утверждаю \_\_\_\_\_

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возраст  
18 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	100/30	12,70	12,80	15,50	227,30
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) ТТК №137	180	3,80	7,20	25,60	183,60
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №392 Д	200	0,20	0,00	15,00	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	40	3,16	0,40	19,32	94,67
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>19,86</b>	<b>20,40</b>	<b>75,42</b>	<b>563,57</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_

Утверждаю \_\_\_\_\_

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возраст  
18 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	250	10,00	18,80	39,50	272,50
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>550</b>	<b>20,85</b>	<b>26,10</b>	<b>92,75</b>	<b>598,68</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_

Утверждаю \_\_\_\_\_

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возраст  
18 лет 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	100	1,60	0,10	8,90	42,80
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ ТТК №70	120	11,52	12,84	3,60	201,72
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №129	180	6,12	10,98	41,04	293,40
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №393 Д	200	0,30	0,00	15,20	60,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	40	3,16	0,40	19,32	94,67
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>640</b>	<b>22,70</b>	<b>24,32</b>	<b>88,06</b>	<b>692,59</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_

Утверждаю \_\_\_\_\_

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возраст  
18 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	250	13,00	16,25	42,63	377,50
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>550</b>	<b>20,45</b>	<b>16,95</b>	<b>105,98</b>	<b>671,23</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_

Утверждаю \_\_\_\_\_

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возраст  
18 лет 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	200	16,80	22,10	18,80	368,30
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>550</b>	<b>22,95</b>	<b>22,70</b>	<b>61,65</b>	<b>578,63</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_

Утверждаю \_\_\_\_\_

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возраст  
18 лет 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	100	1,60	0,10	8,90	42,80
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	100	16,20	17,20	15,10	280,80
ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ (ГОРОХ) ТТК №141	180	20,20	5,60	42,12	299,60
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №393 Д	200	0,30	0,00	15,20	60,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	40	3,16	0,40	19,32	94,67
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>620</b>	<b>41,46</b>	<b>23,30</b>	<b>100,64</b>	<b>777,87</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_



Утверждаю \_\_\_\_\_

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возраст  
18 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	100/30	12,70	12,80	15,50	227,30
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) ТТК №130	180	5,40	7,40	35,90	214,20
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №392 Д	200	0,20	0,00	15,00	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	40	3,16	0,40	19,32	94,67
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>21,46</b>	<b>20,60</b>	<b>85,72</b>	<b>594,17</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_

Утверждаю \_\_\_\_\_

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возраст  
18 лет 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	250	10,50	19,40	58,00	372,80
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>550</b>	<b>21,35</b>	<b>26,70</b>	<b>111,25</b>	<b>698,98</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_

Утверждаю \_\_\_\_\_

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возраст  
18 лет 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	100	1,60	0,10	8,90	42,80
КОТЛЕТА РЫБНАЯ (минтай) ТТК №77	100	11,2	13,5	12,4	208,4
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №129	180	6,12	10,98	41,04	293,40
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №393 Д	200	0,30	0,00	15,20	60,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	40	3,16	0,40	19,32	94,67
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>620</b>	<b>22,38</b>	<b>24,98</b>	<b>96,86</b>	<b>699,27</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_

Утверждаю \_\_\_\_\_

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возраст  
18 лет 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	250/50	15,40	18,20	82,70	634,80
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>550</b>	<b>19,55</b>	<b>18,70</b>	<b>118,85</b>	<b>686,03</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_

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

**стной группы 12-**

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

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

**стной группы 12-**

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

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

**стной группы 12-**

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

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

**стной группы 12-**

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



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

**стной группы 12-**

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

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

**стной группы 12-**

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

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

**стной группы 12-**

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

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

**стной группы 12-**

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

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

**стной группы 12-**

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

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

**стной группы 12-**

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

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

**стной группы 12-**

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

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

**стной группы 12-**

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