



Утверждаю \_\_\_\_\_

Ежедневное меню

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Данч</b>						
Огурцы соленые или свежие	60	0,47	0,06	0,99	7,60	ТТК №4, ТТК №1
Суп-харчо на м/б	250	3,14	2,83	18,93	115,75	ТТК №374
Жаркое из говядины по-домашнему	250	11,24	17,79	21,50	294,00	ТТК №328
Компот из сушеных фруктов (изюм)	200	0,40	0,10	21,50	88,50	ТТК №51
Булочка с чесноком 70г	1шт	3,40	1,20	21,70	110,60	ТТК №125
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	71,00	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>860</b>	<b>21,02</b>	<b>22,28</b>	<b>99,11</b>	<b>687,45</b>	

Зав. производством \_\_\_\_\_



Утверждаю \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Ежедневное меню**

**2 день**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Ланч</b>						
Капуста квашенная	60	0,90	0,06	5,10	24,40	ТТК №3
Суп картофельный с мясными фрикадельками и вермишелью	250/32	9,87	6,16	17,28	168,27	ТТК №401
Виточки "Митлофф с помидором и сыром"	100	12,46	13,20	9,15	207,00	ТТК №314
Гарнир "Булгур с овощами"	180	4,92	4,65	23,60	174,00	ТТК №316
Булочка с сыром 80г	1шт	3,84	1,20	20,80	108,80	ТТК №124
Компот из свежемороженых ягод (вишня)	200	0,20	0,08	17,42	69,44	ТТК №336
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	71,00	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>932</b>	<b>34,56</b>	<b>25,65</b>	<b>107,84</b>	<b>822,91</b>	

Зав. производством \_\_\_\_\_



Утверждаю \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Ежедневное меню**

**3 день**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Ланч</b>						
Помидор соленый или Помидор свежий	60	0,64	0,00	1,40	8,15	ТТК №27, ТТК №2
Суп картофельный с бобовыми на м/б (горох)	250	8,30	6,00	20,00	168,40	ТТК №402
Паста "Итальянский сувенир"	260	32,53	13,34	84,40	592,80	ТТК №159
Компот из свежих плодов (яблок)	200	0,10	0,10	14,20	59,20	ТТК №52
Булочка "Аппетитная с кунжутом" 70г	1шт	6,72	4,83	39,41	229,30	ТТК №400
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	71,00	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>870</b>	<b>50,66</b>	<b>24,57</b>	<b>173,9</b>	<b>1128,85</b>	

Зав. производством \_\_\_\_\_



Утверждаю \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Ежедневное меню**

**4 день**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Данч</b>						
Морковь по-корейски	60	0,78	1,86	4,2	35,4	ТТК №326
Щи "Традиционные" на м/б	250	2,8	4,5	10	91	ТТК №403
Куриная отбивная в сырной заливке	90	11,82	10	11,25	181,89	ТТК №330
Гарнир "Картофель по-деревенски с паприкой"	180	5,22	5,72	17,93	146	ТТК №311
Компот из апельсинов	200	0,36	0,08	25,18	94	ТТК №257
Булочка с чесноком 70г	1шт	3,36	1,19	21,70	110,60	ТТК №125
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71,00	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>880</b>	<b>26,71</b>	<b>23,65</b>	<b>104,75</b>	<b>729,89</b>	

Зав. производством \_\_\_\_\_



Утверждаю \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Ежедневное меню

5 День

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Данч</b>						
Помидор соленый или Помидор свежий	60	0,64	0,00	1,40	8,15	ТТК №27, ТТК №2
Суп картофельный с мясными фрикадельками и вермишелью	250/32	9,87	6,16	17,28	168,27	ТТК №401
Куринные отбивные "Колдуны"	250	29,41	13,56	18,92	325,00	ТТК №331
Булочка "Аппетитная с кунжутом" 70г	1 шт	6,72	4,83	39,41	229,30	ТТК №400
Компот из смеси сухофруктов	200	0,40	0,00	20,40	84,00	ТТК №53
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	71,00	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>892</b>	<b>49,41</b>	<b>24,85</b>	<b>111,90</b>	<b>885,72</b>	

Зав. производством \_\_\_\_\_



Утверждаю \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Ежедневное меню**

**6 День**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Ланч</b>						
Морковь по-корейски	60	0,78	1,86	4,2	35,4	ТТК №326
Борщ Брутальный на м/б	250	2,8	4,5	10	91	ТТК №200
Гуляш из говядины	100	9,6	8,9	3	130	ТТК №334
Гарнир "Кус-кус с овощами"	180	5,85	4,65	35	217	ТТК №317
Компот из замороженных ягод (черная смородина)	200	0,2	0,08	17,42	69,44	ТТК №336
Булочка с чесноком 70г	1шт	3,40	1,20	21,70	110,60	ТТК №125
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71,00	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>890</b>	<b>25</b>	<b>21,49</b>	<b>105,81</b>	<b>724,44</b>	

Зав. производством \_\_\_\_\_



Утверждено \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Ежедневное меню**

**7 день**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Данч</b>						
Ассорти (помидоры, огурцы соленые или свежие)	30/30	0,6	0,06	0,99	7,2	ТТК №126
Суп-лапша по-домашнему с курочкой	250/15	3,07	2,92	21,47	125,08	ТТК №404
Ризотто с курицей "I-Love"	250	15,9	8,77	38,06	298	ТТК №324
Булочка с сыром 80г	1шт	3,84	1,20	20,80	108,80	ТТК №124
Компот из свежих плодов (яблок)	200	0,10	0,10	14,20	59,20	ТТК №52
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71,00	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>885</b>	<b>25,88</b>	<b>13,35</b>	<b>110,01</b>	<b>669,28</b>	

Зав. производством \_\_\_\_\_



Утверждаю \_\_\_\_\_

Ежедневное меню

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Ланч</b>						
Огурцы соленые или свежие	60	0,47	0,06	0,99	7,60	ТТК №4, ТТК №1
Борщ Брутальный на м/б	250	2,8	4,5	10	91	ТТК №200
Людя-кебаб куринный	100	10,69	4,7	8,34	119	ТТК №315
Гарнир "Пюре картофельное по-домашнему"	180	3,79	5,2	27,4	173	ТТК №333
Булочка с чесноком 70г	1шт	3,40	1,20	21,70	110,60	ТТК №125
Компот из свежемороженых ягод (вишня)	200	0,20	0,08	17,42	69,44	ТТК №336
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71,00	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>890</b>	<b>23,72</b>	<b>16,04</b>	<b>100,34</b>	<b>641,64</b>	

Зав. производством \_\_\_\_\_





Утверждено \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Ежедневное меню**

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Данч</b>						
Капустга квашенная	60	0,90	0,06	5,10	24,40	ТТК №3
Суп рисовый с курицей	250/15	10,56	3,67	30,61	200,57	ТТК №375
Зразы "Мясной митбол"	100	15,03	14,3	3,67	206	ТТК №312
Гарнир "Картофель по-деревенски с паприкой"	180	5,22	5,72	17,93	146	ТТК №311
Компот из свежемороженых ягод (Черная смородина)	200	0,2	0,08	17,42	69,44	ТТК №336
Булочка с сыром 80г	1шт	3,84	1,20	20,80	108,80	ТТК №124
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71,00	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>915</b>	<b>38,12</b>	<b>25,33</b>	<b>110,02</b>	<b>826,21</b>	

Зав. производством \_\_\_\_\_



Утверждаю \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Ежедневное меню**

**10 день**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Ланч</b>						
Морковь по-корейски	60	0,78	1,86	4,2	35,4	ТТК №326
Суп-харчо на м/б	250	3,14	2,83	18,93	115,75	ТТК №374
Фиге куриное в соусе "Снежная лавина"	100	18,05	8,23	2,86	158	ТТК №332
Гарнир "Каша гречневая рассыпчатая с маслом"	180	8,1	4,14	45	237,6	ТТК №376
Булочка "Аппетитная с кунжутом" 70г	1шт	6,72	4,83	39,41	229,30	ТТК №400
Компот из сушеных фруктов (изюм)	200	0,40	0,10	21,50	88,50	ТТК №51
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71,00	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>890</b>	<b>39,56</b>	<b>22,29</b>	<b>146,39</b>	<b>935,55</b>	

Зав. производством \_\_\_\_\_



Утверждаю \_\_\_\_\_

Ежедневное меню

11 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Данч</b>						
Ассорти (помидоры, огурцы соленые или свежие)	30/30	0,6	0,06	0,99	7,2	ТТК №126
Суп картофельный с бобовыми на м/б (горох)	250	8,30	6,00	20,00	168,40	ТТК №402
Отбивная из куриного филе с овощами и сыром	100	20,3	22,4	1	287	ТТК №120
Гарнир "Фарфалле по-волгоградски"	180/5	18,75	6,11	128,74	657	ТТК №16
Булочка с чесноком 70г	1шт	3,40	1,20	21,70	110,60	ТТК №125
Компот из свежих плодов (яблок)	200	0,10	0,10	14,20	59,20	ТТК №52
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71,00	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>895</b>	<b>53,82</b>	<b>36,17</b>	<b>201,12</b>	<b>1360,4</b>	

Зав. производством \_\_\_\_\_



Утверждаю \_\_\_\_\_

**Ежедневное меню**

**12 день**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Данч</b>						
Помидор соленый или Помидор свежий	60	0,64	0,00	1,40	8,15	ТТК №27, ТТК №2
Суп-лапша по-домашнему с курочкой	250/15	3,07	2,92	21,47	125,08	ТТК №404
Куриные отбивные "Колдуньи"	250	29,41	13,56	18,92	325,00	ТТК №331
Напиток лимонный	200	0,1	0	16,7	69,5	ТТК №54
Булочка "Аппетитная с кунжутом" 70г	1шт	6,72	4,83	39,41	229,30	ТТК №400
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71,00	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>875</b>	<b>42,31</b>	<b>21,61</b>	<b>112,39</b>	<b>828,03</b>	

Зав. производством \_\_\_\_\_