обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгограда(9-стол) 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питание (обеды)

согласовано:

**УТВЕРЖДАЮ** 

«Комбинат

Региональный руководитель г.Волгограда

\_Н.В.Щеголькова

Руководитель общеобразовательного учреждения No

Wary Morenaly

2023r.

2023г.

Aller &

\$ 10 kg

Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеды) обучающихся возрастной группы 7-11 лет MOV г.Волгограда-9 СТОЛ

1 день

				si.		
Присм пипи наименование блюта	Macca	Пи	Пищевые вещества		Энергети-ческая	\$
The state of the s	перими	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал	ле рецептуры
		Обед				
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	60					№ 27
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	200		)	j,		№ 139
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕНЫЕ	75					No 451
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	150					№ 498
ЧАЙ КАРКАДБ БЕЗ САХАРА	200					№ 393
ХЛЕВ РЖАНОЙ	50					
Итого за прием пищи:	750	30,80	34,34	91,10	837,58	
		2 лень				

	(	* .		3 день		
3	461,63	50,47	16,42	25,29	700	Итого за првем пищи:
					40	ХЛЕБ РЖАНОЙ
№ 685					200	ЧАЙ С CAXAPOM
№ 6.19					150	КАШАПЕРЛОВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)
№ 495			v		50	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗПТИЦЫ
Nº 47					200	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ
Nº 27					60	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ
				Обед		
va beden Aber	ценность, ккал	Углеводы, г	Жиры, г	Белки, г	порции	
	Энергети-ческая		Пищевые вещества	Ш	Масса	Прием пиппи, наименование блюда
					-	

Првем інши, наименование блюта	Macca	Пи	Пищевые вещества		Энергети-ческая	*
A PARTICIPATION OF THE PARTICI	ивидоп	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал	№ рецентуры
		Обед				d
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	60		ņ			No.
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С ПШЕНОМ	200				**	№ 1.14
	50		200	i.		№ 416
KALIYCIA TYIIIEHAM	150		-	1960.Q		№ 132

Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеды) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ г.Волгограда-9 СТОЛ

	652,28	77,43	27,71	23,31	720	Итого за прием пищи:
					60	XIEB PЖAHOИ
№ 393	w E				200	
	1			_		X

Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеды) обучающихся возрастной групцы 7-11 лет МОУ г.Волгограда-9 СТОЛ

4 день

		II.	iivarlia baiilactra			70g.
Прием пищи, наименование блюда	Масса		vanidable betileribit		Энергети-ческая	We wanted
	порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал	ле рецептуры
		Обед				
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	60					
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	- 200					77 EN
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ІТІЙІБІ	90 50				- 1	№ 131
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	150					№ 462
ЧАЙ КАРКАДЕ БЕЗ САХАРА	200					№ 498 ,
ХЛЕБ РЖАНОЙ	400					№ 393
Troppe	40					
Итого за прием пищи:	740	27,56	26,75	94,16	739,98	
		5 день				
Прием пици, наименование блюда	Масса	Пн	Пнщевые вещества		Энергети-ческая	
	ивидоп	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал	№ рецептуры
		Обед				
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	60					
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200					No. 7.1
ПЛОВ ПЕРЛОВЫЙ ИЗ ПТИЦЫ	150					Nº 4/
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200					Nº 6/
ХЛЕБ РЖАНОЙ	55					Ne 3 / 2
Итого за прием пищи:	675	23,95	24,84	96,53	640,14	
		б день				
Прием пипи, наименование блюга	Масса	Пил	Пищевые вещества	(7)	Энергети-ческая	
a Marian Caranta Caran	инидоп	Белка, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал	№ рецентуры
		Обед				
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	60					76.27
СУП С КРУПОЙ (рисовая)	200					No 139
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	160		e.			Nº 46
ЧАЙ КАРКАДЕ БЕЗ САХАРА	200	983m y	, šaš	.Cag	F438	№ 392
					· - [	- ANA

e .

Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питаннем (обеды) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ г.Волгограда-9 СТОЛ

Итого за прием пищи:	хлев ржаной
780 *	60
24,47	
12,17	
83,89	
573,16	

Примерное 12-ти дневное меню для обеспечення горячим питаннем (обеды) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ г.Волгограда-9 СТОЛ

	,		į	
		۶		Ē
		3		7

Потом	Масса	Щ	Пищевые вещества		Энергети-ческая	
аграска паптар папаска разве с ИТАХХ	порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал	№ рецентуры 3
		Обед				
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	60					№ 27
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ —	200	j				№ 131
РЫБА В ОМЛЕТЕ	100					№ 249
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	100					<i>№</i>
ЧАЙ БЕЗ САХАРА С ЛИМОНОМ	200					№ 393
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30					
Итого за прием пищи:	690	27,39	152,06	55,38	542,67	
		8 день				
Прием пипи вамменование блюте	Масса	Ци	Пищевые вещества		Энергети-ческая	:
T and the parameter building	пинидоп	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал	ле рецептуры
		Обед				
ОВОПИЛ ПО СЕЗОНУ	60					№ 27
СУП ОВОЦНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	200					№ 118
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (без томата)	90	·				№ 462
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	150					№ 498
ЧАЙ БЕЗ CAXAPA	200					№ 685
XJIEG PЖAHOЙ	40	(A)				
Итого за прием пищи:	740	27,32	30,16	95,25	778,24	(

## 9 день

Прием пипи, наименование бтюта	Macca	Пн	Пищевые вещества		Энергети-ческая	
Whites a warmen and the second	парции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал	ла рецептуры
•		Обед			,	
ОВОЦИ ПО СЕЗОНУ	60	0				№ 27
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СЪОБОВЫМИ (ГОРОХ)	200	ela				№ 139
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	160					. № 66

. Примерное 12-ги дневное меню для обеспечения горячим питанием (обедь) обучающихся возрастной группы 7-11 лет MOУ г.Волгограда-9 СТОЛ

	-					
	553,26	94,27	7,03	23,64	670	Итого за првем пищи;
					50	ХЛЕБ РЖАНОЙ
7/0 516					200	
NE 277					200	KOMITOT II CBEЖИХ IIIOДOB
	ı	**		d o		3

Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питаннем (обеды) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ г.Волгограда-9 СТОЛ

## 10 день

7	Масса	Пит	Пищевые вещества		Энсргети-ческая	
арист паца, наименование однув	порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал	№ рецентуры
		Обед				
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	60					№ 27
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200			ì		№ 47
КОГЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕНЫЕ	90					№ 451
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	150					№ 498
ЧАЙ КАРКАДЕ БЕЗ САХАРА	200					№ 392
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30					
Итого за прнем пищи:	730	25,96	36,37	72,99	759,59	
		11 день				
Пирм пипи, наименование блюте	Macca	пип	Пищевые вещества		Энергети-ческая	
The second secon	инидоп	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал	ла рецентуры
		Обед				
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	60					No
БОРЦ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200					"Ne 110
ПЛОВ ПЕРЛОВЫЙ ИЗ ПТИЦЫ	150					№ 67
ЧАЙ БЕЗ CAXAPA	200					№ 685
XЛЕБ РЖАНОЙ	60					
Итого за прием нищи:	670	36,02	16,01	64,74	561,63	
		12 пень		(		

## 12 день

Патала	Масса	Пи	Пищевые вещества		Энергети-ческая	1
The same analysis and the same	порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал	ла рецентуры
	ď.	Обед				
ОВОДДИ ПО СЕЗОНУ	60	,		ta .		No.
СУПВЕГЕТАРИАНСКИЙ	200					№ 130
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗТПИЦЫ	90	Sage	Jest -		77	. № 489
КАРТОФЕЛЬ ТУПЕНЬЙ	150	A.	and the second			No

Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеды) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ г.Волгограда-9 СПОЛ

	946					
ЧАЙ БЕЗ САХАРА С ЛИМОНОМ	200					№ 393
ХІЕБ РЖАНОЙ	60					
Итого за прнем пици:	760	22,83	36,46	76,01	659,91	
ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ						
Итого ;		6	Ж	уг	KKaJI	
Итого за пернод		318,54	420,32	952,22	7 760,07	
Среднее значение за период		26,55	35,03	79,35	646,67	
Соотношение пищевых веществ		1	1	4		

## Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеды) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ г.Волгограда-9 СТОЛ

MINITE EN BITTHHEIDE NA BITTHION OF STREET	90					W: 489
картофыль Туппеный	150				1	<b>1</b>
YAÑ BE3 CAXAPA C JIRIMOHOM	200					No. 393
ў рудной	8					
Итога за првем папцих	7606	22,83	36,46	76,01	659,91	
итого по пейминому меню					A TOTAL OF THE PROPERTY OF THE	
Hoop		<b>:</b> 0\	×	<b>y</b>	KKAJI	
Итого и период	0	318,54	420,32	952,22	7760,07	
Сруднее значение за период		26,55	35,03	79,35	646,67	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·
Соотношение пищевых веществ			*			
afhew amount.	A D	The state of the s	PER.	to the	BI	M