

АНДР.



Ежедневное меню

1 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Морковь по-корейски ТТК №326	60	0,78	1,86	4,20	35,40	ТТК №326
Биточки «Митлофф с помидором и сыром» ТТК №314	100	12,46	13,20	9,15	207,00	ТТК №314
Гречка отварная с овощами (гарнир) ТТК №174	180	4,90	6,56	27,36	190,00	ТТК №174
Компот из свежих плодов (яблоки) ТТК №52	200	0,10	0,10	14,20	59,20	ТТК №52
Хлеб пшеничный ТТК №6	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>570</b>	<b>20,64</b>	<b>22,02</b>	<b>69,41</b>	<b>562,6</b>	

Зав. производством С. Сиверин Е. С.



Ежедневное меню

2 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Овощи по сезону (помидоры соленые) ТТК №439	60	0,66	0,06	0,96	7,80	ТТК №439
Колбаски мясные «Чивапиччи» ТТК №471	100	9,65	14,69	5,33	193,29	ТТК №471
Картофельное пюре по-домашнему (гарнир) ТТК №333	180	3,79	5,20	27,40	173,00	ТТК №333
Компот из смеси сухофруктов ТТК №53	200	0,40	0,00	20,40	84,00	ТТК №53
Хлеб пшеничный ТТК №6	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>570</b>	<b>16,90</b>	<b>20,25</b>	<b>68,59</b>	<b>529,09</b>	

Зав. производством \_\_\_\_\_ *Войченко Е.А.*



Ежедневное меню

3 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Овощи по сезону (огурцы соленые) ТТК №438	60	0,48	0,06	1,02	6,60	ТТК №438
Паста с фаршем из говядины "Итальянский сувенир" ТТК №159	260	32,53	13,34	84,40	592,80	ТТК №159
Чай ягодный «Облепиховый» ТТК №502	200	0,00	0,00	18,90	73,50	ТТК №502
Хлеб пшеничный ТТК №6	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>35,41</b>	<b>13,7</b>	<b>118,82</b>	<b>743,9</b>	

Зав. производством В. А. Висерие



Ежедневное меню

4 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Ланч</b>						
Овощи по сезону (капуста квашеная) ТТК №437	60	1,08	0,06	2,64	11,40	ТТК №437
Отбивная из куриного филе с овощами и сыром ТТК №120	100	20,30	22,40	1,00	287,00	ТТК №120
Булгур с овощами (гарнир) ТТК №316	180	4,92	4,65	23,60	174,00	ТТК №316
Компот из свежих плодов (яблоки) ТТК №52	200	0,10	0,10	14,20	59,20	ТТК №52
Хлеб пшеничный ТТК №6	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>570</b>	<b>28,8</b>	<b>27,51</b>	<b>55,94</b>	<b>602,6</b>	

Зав. производством \_\_\_\_\_ *С. И. Саварина*



Ежедневное меню

5 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Овощи по сезону (помидоры соленые) ТТК №439	60	0,66	0,06	0,96	7,80	ТТК №439
Зразы «Мясная черепашка» ТТК №470	100	11,12	13,70	6,02	194,97	ТТК №470
Картофель по-деревенски с паприкой (гарнир) ТТК №311	180	5,22	5,72	17,93	146,00	ТТК №311
Компот из смеси сухофруктов ТТК №53	200	0,40	0,00	20,40	84,00	ТТК №53
Хлеб пшеничный ТТК №6	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>570</b>	<b>19,8</b>	<b>19,78</b>	<b>59,81</b>	<b>503,765</b>	

Зав. производством С.А. Ковалева



Ежедневное меню

7 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г		
Ланч					
Морковь по-корейски ТТК №326	60	0,78	1,86	4,20	ТТК №326
Гречка с филе куриным по-купечески ТТК №468	250	19,36	9,21	38,36	ТТК №468
Компот из свежих плодов (яблоки) ТТК №52	200	0,10	0,10	14,20	ТТК №52
Хлеб пшеничный ТТК №6	30	2,40	0,30	14,50	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>540</b>	<b>22,64</b>	<b>11,47</b>	<b>71,26</b>	<b>481,01</b>

Зав. производством  



Ежедневное меню

8 Варианта

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г		
Ланч					
Овощи по сезону (помидоры соленые) ТТК №439	60	0,66	0,06	7,80	ТТК №439
Колбаски мясные «Чивалчичи» ТТК №471	100	9,65	14,69	193,29	ТТК №471
Картофель по-деревенски с паприкой(гарнир) ТТК №311	180	5,22	5,72	146,00	ТТК №311
Компот из сушеных ягод (изюм) ТТК №51	200	0,40	0,10	88,50	ТТК №51
Хлеб пшеничный ТТК №6	30	2,40	0,30	71,00	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>570</b>	<b>18,33</b>	<b>20,87</b>	<b>506,59</b>	

Зав. производством

*Е.А. Воронина*







Ежедневное меню

10 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Морковь по-корейски ГТК №326	60	0,78	1,86	4,20	35,40	ТТК №326
Отбивная из куриного филе с овощами и сыром ГТК №120	100	20,30	22,40	1,00	287,00	ТТК №120
Гречка отварная с овощами (гарнир) ГТК №174	180	4,90	6,56	27,36	190,00	ТТК №174
Компот из свежих плодов (яблоко) ГТК №52	200	0,10	0,10	14,20	59,20	ТТК №52
Хлеб пшеничный ГТК №6	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>570</b>	<b>28,48</b>	<b>31,22</b>	<b>61,26</b>	<b>642,6</b>	

Зав. производством  / 

