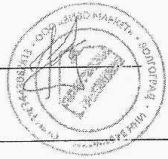


140 руб.



Утверждаю

директор *М.В. Шибанов*



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
Итого за прием пищи:	570	20,64	22,02	69,41	562,6	

Зав. производством

Шибанов



Утверждаю

директор

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 «Чивапчичи» 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
Итого за прием пищи:	570	16,90	20,25	68,59	529,09	

Зав. производством

Сул



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
Итого за прием пищи:	550	35,41	13,7	118,82	743,9	

Зав. производством _____ *Сидя*



Ежедневное меню

4 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
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
Итого за прием пищи:	570	28,8	27,51	55,94	602,6	

Зав. производством _____ *Сидор*



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
Итого за прием пищи:	570	19,8	19,78	59,81	503,765	
Зав. производством _____						



Ежедневное меню

Утверждаю
директор МБОУ СОШ № 27
Климова И. П.
СД № 27

6 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
Гуляш из говядины ТТК №334	100	9,60	8,90	3,00	130,00	ТТК №334
Кус-кус с овощами (гарнир) ТТК №317	180	5,85	4,65	35,00	217,00	ТТК №317
Напиток лимонный ТТК №54	200	0,10	0,00	16,70	69,50	ТТК №54
Хлеб пшеничный ТТК №6	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	570	18,43	13,91	70,22	494,1	
Зав. производством _____						



Ежедневное меню

8 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 «Чивапчичи» ТТК №471	100	9,65	14,69	5,33	193,29	ТТК №471
Картофель по-деревенски с паприкой(гарнир) ТТК №311	180	5,22	5,72	17,93	146,00	ТТК №311
Компот из сушеных ягод (изюм) ТТК №51	200	0,40	0,10	21,50	88,50	ТТК №51
Хлеб пшеничный ТТК №6	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	570	18,33	20,87	60,22	506,59	

Зав. производством 



Ежедневное меню

9 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Овощи по сезону (капуста квашеная) ТТК №437	60	1,08	0,06	2,64	11,40	ТТК №437
Биточки «Митлофф с помидором и сыром» ТТК №314	100	12,46	13,20	9,15	207,00	ТТК №314
Каша рисовая рассыпчатая "Янтарная" (гарнир) ТТК №497	180	3,94	2,34	44,35	219,72	ТТК №497
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
Итого за прием пищи:	570	20,28	15,90	91,04	593,12	

Зав. производством *[Signature]*



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 ТТК №326	60	0,78	1,86	4,20	35,40	ТТК №326
Отбивная из куриного филе с овощами и сыром ТТК №120	100	20,30	22,40	1,00	287,00	ТТК №120
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
Итого за прием пищи:	570	28,48	31,22	61,26	642,6	

Зав. производством _____

Сидя



Ежедневное меню

11 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
"Люля-кебаб куриный" ТТК №315	100	10,69	4,70	8,34	119,00	ТТК №315
Картофельное пюре по-домашнему (гарнир) ТТК №333	180	3,79	5,20	27,40	173,00	ТТК №333
Чай «Лесные ягоды» ТТК №501	200	0,13	0,03	13,26	55,00	ТТК №501
Хлеб пшеничный ТТК №6	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	570	17,67	10,29	64,46	425,80	
Зав. производством _____	<i>Sub</i>					



Ежедневное меню

12 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
Зразы «Мясная черепашка» ТТК №470	100	11,12	13,70	6,02	194,97	ТТК №470
Макаронные изделия отварные «Фарфалле по-волгоградски» (гарнир) ТТК №16	180/5	18,75	6,11	128,74	657,00	ТТК №16
Чай фруктовый Мандарин, юдзу ТТК №500	200	0,20	0,04	24,40	100,00	ТТК №500
Хлеб пшеничный ТТК №6	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	575	32,95	20,21	174,68	1 029,57	
Зав. производством _____						