



Утверждаю _____

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
Борщ Брутальный на костном бульоне ТТК №200	250	2,80	4,50	10,00	91,00	ТТК №200
Биточки "Миглофф 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
Булочка с чесноком ТТК №125	70	3,40	1,20	21,70	110,60	ТТК №125
Хлеб пшеничный ТТК №6	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	890	26,84	27,72	101,11	764,2	

Зав. производством _____



Утверждаю _____

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
Суп картофельный с мясными фрикадельками и вермишелью ТТК №401	250/32	9,87	6,16	17,28	168,27	ТТК №401
Колбаски мясные "Чивапаччи" 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
Круассан "Наслаждение" ТТК №495	40	3,84	10,92	23,84	209,20	ТТК №495
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:	892	30,61	37,33	109,71	906,56	

Зав. производством _____



Утверждаю _____

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
Суп картофельный с бобовыми (горох) на костном бульоне ТТК №402	250	8,30	6,00	20,00	168,40	ТТК №402
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
Булочка "Аппетитная с кунжутом" ТТК №400	70	6,72	4,83	39,41	229,30	ТТК №400
Хлеб пшеничный ТТК №6	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	870	50,43	24,53	178,23	1141,6	

Зав. производством _____



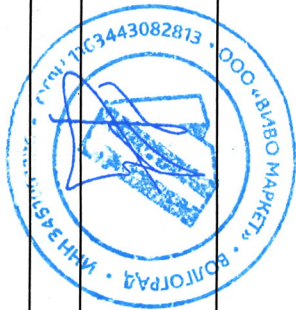
Утверждаю _____

Ежедневное меню

4 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Данч						
Овощи по сезону (капуста квашеная) ТТК №437	60	1,08	0,06	2,64	11,40	ТТК №437
Щи Традиционные на костном бульоне ТТК №403	250	2,80	4,50	10,00	91,00	ТТК №403
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
Булочка с чесноком ТТК №125	70	3,40	1,20	21,70	110,60	ТТК №125
Компот из свежих плодов (яблочки) 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:	890	35	33,21	87,64	804,2	

Зав. производством _____



Утверждаю _____

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
Суп-харчо на костном бульоне ТТК №374	250	3,14	2,83	18,93	115,75	ТТК №374
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
Круассан "Наслаждение" ТТК №495	40	3,84	10,92	23,84	209,20	ТТК №495
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:	860	26,78	33,53	102,58	828,715	

Зав. производством _____



Утверждаю _____

Ежедневное меню

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
Суп картофельный с бобовыми (горох) на костном бульоне ТТК №402	250	8,30	6,00	20,00	168,40	ТТК №402
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
Булочка "Аппетитная с кунжутом" ТТК №400	70	6,72	4,83	39,41	229,30	ТТК №400
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:	890	33,45	24,74	129,63	891,8	

Зав. производством _____



Утверждаю _____

Ежедневное меню

7 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Данч						
Морковь по-корейски ТТК №326	60	0,78	1,86	4,20	35,40	ТТК №326
Суп картофельный с мясными фрикадельками и вермишелью ТТК №401	250/32	9,87	6,16	17,28	168,27	ТТК №401
Гречка с филе куриным по-купчески ТТК №468	250	19,36	9,21	38,36	315,41	ТТК №468
Компот из свежих плодов (яблоки) ТТК №52	200	0,10	0,10	14,20	59,20	ТТК №52
Круассан "Наслаждение" ТТК №495	40	3,84	10,92	23,84	209,20	ТТК №495
Хлеб пшеничный ТТК №6	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	862	36,35	28,55	112,38	858,48	

Зав. производством _____



Утверждаю _____

Ежедневное меню

3 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Данч						
Овощи по сезону (помидоры соленые) ТТК №439	60	0,66	0,06	0,96	7,80	ТТК №439
Борщ Брутальный на костном бульоне ТТК №200	250	2,80	4,50	10,00	91,00	ТТК №200
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
Булочка с чесноком ТТК №125	70	3,40	1,20	21,70	110,60	ТТК №125
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:	890	24,53	26,57	91,92	708,19	

Зав. производством _____



Утверждаю _____

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
Суп-лапша по-домашнему с курочкой ТТК №404	250	2,90	2,75	20,25	118,00	ТТК №404
Биточки "Миглофф 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
Булочка "Аппетитная с кунжутом" ТТК №400	70	6,72	4,83	39,41	229,30	ТТК №400
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:	890	29,90	23,48	150,70	940,42	

Зав. производством _____



Утверждаю _____

Ежедневное меню

10 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Данч						
Морковь по-корейски ТТК №326	60	0,78	1,86	4,20	35,40	ТТК №326
Суп-харчо на костном бульоне ТТК №374	250	3,14	2,83	18,93	115,75	ТТК №374
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
Булочка с чесноком ТТК №125	70	3,40	1,20	21,70	110,60	ТТК №125
Хлеб пшеничный ТТК №6	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	890	35,02	35,25	101,89	868,95	

Зав. производством _____



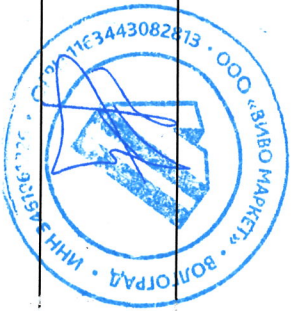
Ежедневное меню

11 Вариант

Утверждаю _____

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Данч						
Овощи по сезону (помидоры соленые) ТТК №439	60	0,66	0,06	0,96	7,80	ТТК №439
Суп картофельный с бобовыми (горох) на костном бульоне ТТК №402	250	8,30	6,00	20,00	168,40	ТТК №402
Людя-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
Круассан "Наслаждение" ТТК №495	40	3,84	10,92	23,84	209,20	ТТК №495
Хлеб пшеничный ТТК №6	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	860	29,81	27,21	108,30	803,40	

Зав. производством _____



Утверждаю _____

Ежедневное меню

12 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Данч						
Овощи по сезону (огурцы соленые) ТТК №438	60	0,48	0,06	1,02	6,60	ТТК №438
Щи Традиционные на костном бульоне ТТК №403	250	2,80	4,50	10,00	91,00	ТТК №403
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
Булочка "Аппетитная с кунжутом" ТТК №400	70	6,72	4,83	39,41	229,30	ТТК №400
Хлеб пшеничный ТТК №6	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	895	42,47	29,54	224,09	1 349,87	

Зав. производством _____