

Утверждаю \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ  
 СШ № 20  
 г. Волгограда



1 Вариант

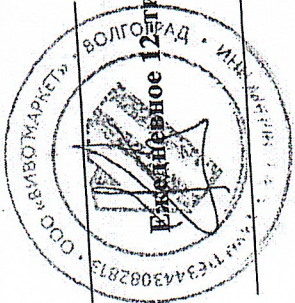
| Прием пищи, наименование блюда                                | Масса порции | Пищевые вещества |              |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|   |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |             |                  |
| Завтрак   |              |                  |              |              |                               |             |                  |
| КАША вязкая молочная из риса и пшена дружба с маслом ТТК №103 | 200          | 9,60             | 13,70        | 28,80        | 220,60                        | ТТК №103    |                  |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338                                   | 180          | 0,70             | 0,70         | 15,10        | 82,10                         | №338        | 2011             |
| ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302  | 200          | 0,20             | 0,00         | 15,00        | 58,00                         | ТТК №302    |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6   | 60           | 4,74             | 0,60         | 28,98        | 142,00                        | ТТК №6      |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                   | <b>640</b>   | <b>15,24</b>     | <b>15,00</b> | <b>87,88</b> | <b>502,70</b>                 |             |                  |

Зав. производством \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_



Утверждаю

МОУ  
7-11 лет МОУ г. Волгограда



Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеда) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ г. Волгограда

1 Вариант

| Принем пищи, наименование блюда             | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|   |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |                  |
| Обед  |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| МОРКОВЬ С МАСЛОМ ТТК №326                   | 60           | 0,8              | 1,9     | 4,2         | 35,4                          | ТТК №326    |                  |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) ТТК №43 | 200          | 6,08             | 4,56    | 16,00       | 130,40                        | ТТК №43     |                  |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №562 | 90/30        | 10,30            | 10,60   | 14,10       | 195,60                        | ТТК №562    |                  |
| БИТОЧКИ НЕЖНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №129   | 150          | 5,10             | 9,15    | 34,20       | 244,50                        | ТТК №129    |                  |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №241        | 200          | 0,18             | 0,00    | 15,00       | 58,00                         | ТТК №241    |                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №6                | 30           | 2,40             | 0,30    | 14,50       | 71,00                         | ТТК №6      |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6                       | 40           | 2,64             | 0,48    | 13,36       | 69,33                         | ТТК №7      |                  |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №7                     | 800          | 27,48            | 26,95   | 111,36      | 804,23                        |             |                  |

Итого за прием пищи:

Зав. производством



Утверждаю \_\_\_\_\_



Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ г.Волгограда

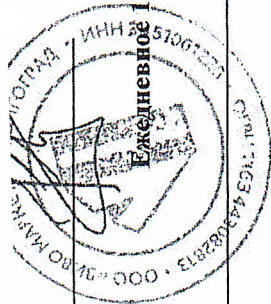
1 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда                | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|   |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |                  |
| Завтрак                                       |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| КАША вязкая молочная из риса и пшена дружба С | 250          | 11,10            | 16,90   | 41,00       | 275,50                        | ТТК №103    |                  |
| МАСЛОМ ТТК №103                               | 180          | 0,70             | 0,70    | 15,10       | 82,10                         | №338        | 2011             |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338                   | 200          | 0,20             | 0,00    | 15,00       | 58,00                         | ТТК №302    |                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302                        | 65           | 5,10             | 0,65    | 27,50       | 153,80                        | ТТК №6      |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6                         | 695          | 17,10            | 18,25   | 98,60       | 569,40                        |             |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                   |              |                  |         |             |                               |             |                  |

Зав. производством \_\_\_\_\_

*Байк*





Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеды) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ г.Волгограда

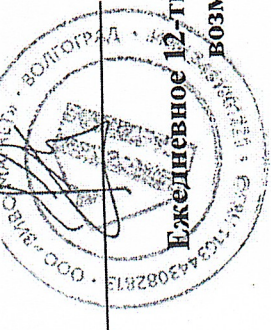
1 Вариант

| Прим. пищи, наименование блюда              | Масса порции | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|---|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|   |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |              |                  |
| Обед  |              |                  |              |               |                               |              |                  |
| МОРКОВЬ С МАСЛОМ ТТК №326                   | 100          | 1,3              | 3,1          | 7,0           | 59,0                          | ТТК №326     |                  |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) ТТК №43 | 250          | 7,30             | 5,70         | 20,00         | 163,00                        | ТТК №43      |                  |
| БИТОЧКИ НЕЖНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №562   | 100/30       | 12,70            | 12,80        | 15,50         | 227,30                        | ТТК №562     |                  |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №129        | 180          | 6,12             | 10,98        | 41,04         | 293,40                        | ТТК №129     |                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №241              | 200          | 0,18             | 0,00         | 15,00         | 58,00                         | ТТК №241     |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6                       | 40           | 3,16             | 0,40         | 19,32         | 94,67                         | ТТК №6       |                  |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №7                     | 30           | 1,98             | 0,36         | 10,02         | 52,00                         | ТТК №7       |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                 | <b>930</b>   | <b>32,74</b>     | <b>33,34</b> | <b>127,88</b> | <b>947,37</b>                 |              |                  |

Зав. производством

*Смирнов*





Утверждаю \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ МОУ  
\_\_\_\_\_

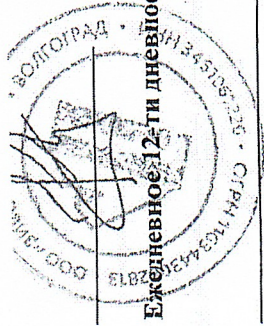
Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (полдники) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгограда

1 Вариант

| Принем пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                 |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |                  |
| Полдник                         |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| СЛАДКАЯ БУЛОЧКА                 | 100          | 7,84             | 10,09   | 56,42       | 348,11                        | ТТК №42     |                  |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА               | 200          | 0,10             | 0,00    | 28,20       | 110,30                        | 360         | 2011             |
| Итого за прием пищи:            | 300          | 7,94             | 10,09   | 84,62       | 458,41                        |             |                  |

Зав. производством \_\_\_\_\_

*Сарк*



Утверждаю

*[Signature]*

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (полдники) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет МОУ Волгограда

1 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|--------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |             |                  |
| Полдник                        |              |                  |              |               |                               |             |                  |
| СЛАДКАЯ БУЛОЧКА                | 150          | 10,46            | 14,45        | 80,87         | 495,80                        | ТТК №42     |                  |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА              | 200          | 0,10             | 0,00         | 28,20         | 110,30                        | 360         | 2011             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>    | <b>350</b>   | <b>10,56</b>     | <b>14,45</b> | <b>109,07</b> | <b>606,10</b>                 |             |                  |

Зав. производством \_\_\_\_\_

*[Signature]*