

Утверждаю

MSU

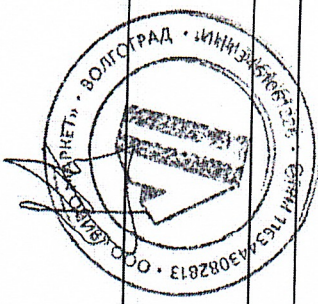
СШ № 20

Ежедневное меню

1 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Суп овощной «Калейдоскоп» на курином бульоне	250	6,03	2,42	13,06	102,09	ТТК №568
Компот из свежих плодов (яблок)	200	0,10	0,10	14,20	59,20	ТТК №52
Булочка "Аппетитная с кунжутом"	70	6,72	4,83	39,41	229,30	ТТК №400
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>15,25</b>	<b>7,65</b>	<b>81,17</b>	<b>461,59</b>	
Зав. производством _____						

*Защ*



Утверждаю

МОУ

СШ № 20

Ежедневное меню

2 Вариант

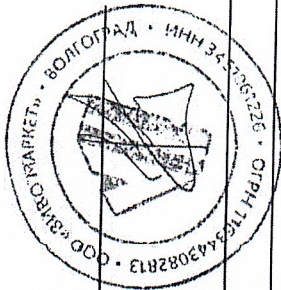
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Суп картофельный с мясными фрикадельками и вермишелью	250/32	9,87	6,16	17,28	168,27	ТТК №401
Булочка с чесноком	70	3,40	1,20	21,70	110,60	ТТК №125
Компот из смеси сухофруктов	200	0,40	0,00	20,40	84,00	ТТК №53
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>582</b>	<b>16,07</b>	<b>7,66</b>	<b>73,88</b>	<b>433,87</b>	
Зав. производством						

*Зав*









Утверждаю

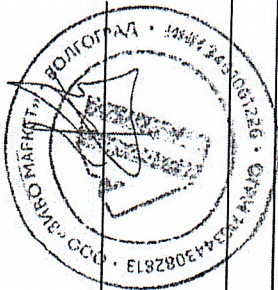
*[Signature]*  
МОУ  
СШ № 20

Ежедневное меню

4 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г		
Ланч					
Борщ Брутальный на костном бульоне	250	2,80	4,50	10,00	ТТК №200
Компот из свежих плодов (яблок)	200	0,10	0,10	14,20	ТТК №52
Булочка "Аштитная с кунжутом"	70	6,72	4,83	39,41	ТТК №400
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>12,02</b>	<b>9,73</b>	<b>78,11</b>	<b>450,50</b>
Зав. производством	<i>[Signature]</i>				





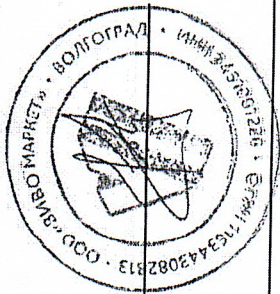
Утверждаю

*[Signature]*  
СШ № 20

Ежедневное меню

5 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г		
Ланч					
Суп-харчо на костном бульоне	250	3,14	2,83	18,93	ТТК №374
Булочка с чесноком	70	3,40	1,20	21,70	ТТК №125
Компот из смеси сухофруктов	200	0,40	0,00	20,40	ТТК №53
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>9,34</b>	<b>4,33</b>	<b>75,53</b>	<b>381,35</b>
Зав. производством <i>[Signature]</i>					



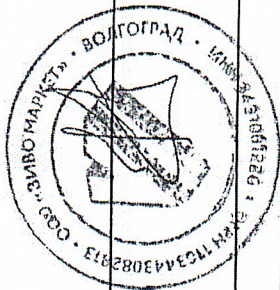
Утверждаю

Ежедневное меню

6 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Суп картофельный с бобовыми (горох) на костном бульоне	250	8,30	6,00	20,00	168,40	ТТК №402
Круассан "Наслаждение"	40	3,84	10,92	23,84	209,20	ТТК №495
Напиток лимонный	200	0,10	0,00	16,70	69,50	ТТК №54
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>520</b>	<b>14,64</b>	<b>17,22</b>	<b>75,04</b>	<b>518,10</b>	
Зав. производством <i>Евгений</i>						





Утверждаю

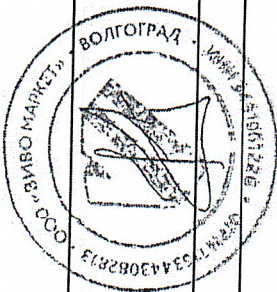
*[Signature]*  
МОУ  
СШ №20

Ежедневное меню

7 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Борщ Брутальный на костном бульоне	250	2,80	4,50	10,00	91,00	ТТК №200
Компот из свежих плодов (яблок)	200	0,10	0,10	14,20	59,20	ТТК №52
Булочка с чесноком	70	3,40	1,20	21,70	110,60	ТТК №125
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>8,7</b>	<b>6,1</b>	<b>60,4</b>	<b>331,8</b>	
Зав. производством	<i>[Signature]</i>					





Утверждаю

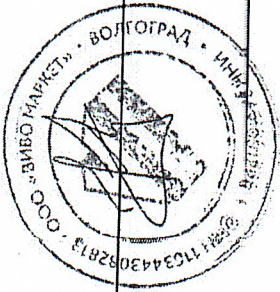
*[Signature]*  
МОУ  
СШ № 20

Ежедневное меню

8 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Суп-лапша по-домашнему с курочкой	250	3,07	2,75	21,47	125,08	ТТК №404
Круассан "Наслаждение"	40	3,84	10,92	23,84	209,20	ТТК №495
Компот из сушеных ягод (изюм)	200	0,40	0,10	21,50	88,50	ТТК №570
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>520</b>	<b>9,71</b>	<b>14,07</b>	<b>81,31</b>	<b>493,78</b>	
Зав. производством	<i>[Signature]</i>					





Утверждаю

МОУ

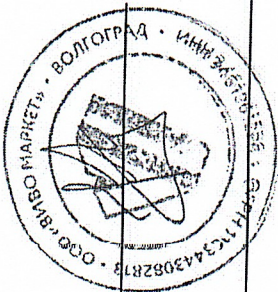
СОШ № 20

Ежедневное меню

9 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Суп-харчо на костном бульоне	250	3,14	2,83	18,93	115,75	ТТК №374
Булочка "Аппетитная с кунжутом"	70	6,72	4,83	39,41	229,30	ТТК №400
Компот из смеси сухофруктов	200	0,40	0,00	20,40	84,00	ТТК №53
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>12,66</b>	<b>7,96</b>	<b>93,24</b>	<b>500,05</b>	
Зав. производством	<i>Барт</i>					





Утверждаю

Ежедневное меню

10 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г		
Ланч					
Суп с «Морской говядиной»	250	7,98	2,20	11,52	ТТК №567
Компст из свежих плодов (яблок)	200	0,10	0,10	14,20	ТТК №52
Булочка с чесноком	70	3,40	1,20	21,70	ТТК №125
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>13,88</b>	<b>3,8</b>	<b>61,92</b>	<b>342,59</b>
Зав. производством	<i>Сав</i>				





Утверждаю

*[Signature]*  
МОУ  
СЦ № 20

Ежедневное меню

11 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Суп картофельный с мясными фрикадельками и вермишелью	250/32	9,87	6,16	17,28	168,27	ТТК №401
Чай черный со смородиной	200	0,26	0,06	9,41	39,02	ТТК №548
Круассан "Наслаждение"	40	3,84	10,92	23,84	209,20	ТТК №495
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>552</b>	<b>16,37</b>	<b>17,44</b>	<b>65,03</b>	<b>487,49</b>	
Зав. производством	<i>[Signature]</i>					





Ежедневное меню

12 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Щи "Традиционные" на костном бульоне	250	2,80	4,50	10,00	91,00	ТТК №403
Чай черный с яблоком свежим	200	0,25	0,10	10,22	42,98	ТТК №547
Булочка "Аппетитная с кунжутом"	70	6,72	4,83	39,41	229,30	ТТК №400
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>12,17</b>	<b>9,73</b>	<b>74,13</b>	<b>434,28</b>	

Зав. производством

*[Handwritten signature]*