



Квартал №12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ
г. Волгограда



Утверждаю

С. С. Сидорова

1 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША ВЯЖКАЯ 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	
ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302	200	0,20	0,00	15,00	58,00	ТТК №302	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	60	4,74	0,60	28,98	142,00	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	640	15,24	15,00	87,88	502,70		

Зав. производством

ООО «Визит-Маркет»
ИНН 3461081226
Столовая в МОУ СШ №64
КРА Ул. Героевской земли, 53



Утверждаю _____
 МОУ _____
 Ежедневно-12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ г. Волгограда



2 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	1,07	0,00	2,33	13,58	ТТК №2	
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	150	12,00	19,00	27,40	312,00	ТТК №67	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301	200	0,30	0,00	15,20	60,00	ТТК №301	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	50	3,95	0,50	21,15	118,33	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	500	17,3	19,50	66,08	503,91		

Зав. производством _____

ООО «Виво-Маркет»
 ИНН 631063226
 Столовая МОУ СШ №64
 Краул. Грозов восток земли, 63



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

Утверждаю

МОУ *[Signature]*



3 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ВИТОЧКИ НЕЖНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №562	90/30	10,30	10,60	14,10	195,60	ТТК №562	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №129	150	5,10	9,15	34,20	244,50	ТТК №129	
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №241	200	0,18	0,00	15,00	58,00	ТТК №241	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	50	3,95	0,50	21,15	118,33	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	520	19,53	20,25	84,45	616,43		

Зав. производством

ООО «Витро-Маркет»
ИНН 34691081228
Столовая в МОУСШ №64
КРА. ул. Героев восточной земли, 53



Утверждаю _____

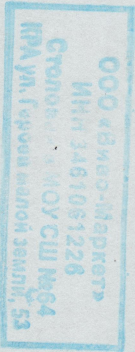
 2-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ
 г.Волгограда



4 Вариант

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	0,78	0,10	1,66	12,65	ТТК №1	
ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ ТТК №468	150	10,40	14,60	30,10	261,30	ТТК №468	
ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302	200	0,20	0,00	15,00	58,00	ТТК №302	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	50	3,95	0,50	21,15	118,33	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	500	15,33	15,20	67,91	450,28		

Зав. производством _____





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

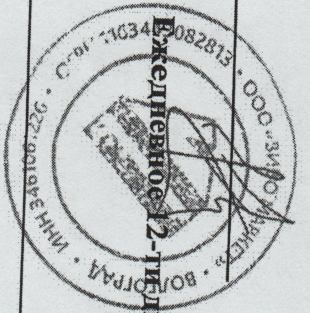


5 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ВАРЕНИКИ С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ ТТК №514	200/50	15,90	14,60	50,20	436,70	ТТК №514	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301	200	0,30	0,00	15,20	60,00	ТТК №301	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	50	3,95	0,50	21,15	118,33	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	500	20,15	15,10	86,55	615,03		

Зав. производством _____

ООО «Виво-Маркет»
 ИНН 3461081226
 Столовая в МОУ СШ №64
 Кра. ул. Героев Мадон земл. 53



Ежедневное 2-типенное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ г. Волгограда

Утверждаю _____

[Signature]



7 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ ТТК №515	200	8,70	13,70	28,40	220,60	ТТК №515	
БУТЕРБРОД С СЫРОМ ТТК №380	35/10/5	6,70	6,10	17,10	149,85	ТТК №380	
ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302	200	0,20	0,00	15,00	58,00	ТТК №302	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	50	3,95	0,50	21,15	118,33	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	500	19,55	20,30	81,65	546,78		

Зав. производством _____

ООО «Вилко-Маркет»
ИНН 3461087228
Столовая в МОУ СШ №64
КРА Ул. Героев наплой земли, 53



Утверждаю

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



6 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КОТЛЕТА РЫБНАЯ (минтай) ТТК №77	90	10,2	11,0	9,8	170,8	ТТК №77	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №129	150	5,10	9,15	34,20	244,50	ТТК №129	
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №241	200	0,18	0,00	15,00	58,00	ТТК №241	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	60	4,74	0,60	28,98	142,00	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	500	20,22	20,75	87,98	615,30		

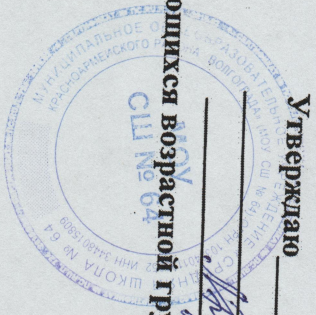
Зав. производством _____

ООО «Винд-Маркет»
 ИНН 3461061226
 Столовая в МОУ СШ №64
 КРА ул. Героев малой земли, 53



Утверждаю _____

 Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся в возрастной группе 7-11 лет МОУ г. Волгограда



8 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	0,78	0,10	1,66	12,65	ТТК №1	
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №71	150	11,60	16,60	20,80	287,20	ТТК №71	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301	200	0,30	0,00	15,20	60,00	ТТК №301	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	65	5,10	0,65	27,50	153,80	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	515	17,78	17,35	65,16	513,65		

Зав. производством _____

ООО «С-Маркет»
 ИНН 3461061228
 Столовая в МОУ СШ №64
 №4 ул. Герова малой земли, 53



Утверждаю _____
 Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ
 г. Волгодонска

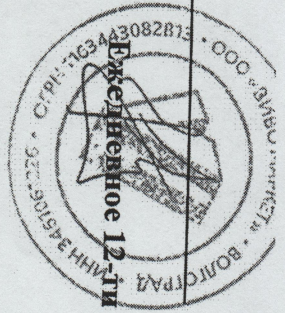


9 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КОЛЛЕТА НЕЖНАЯ ТТК №563	90	10,25	10,40		9,80	ТТК №563	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №129	150	5,10	9,15		34,20	ТТК №129	
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №241	200	0,18	0,00		15,00	ТТК №241	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	60	4,74	0,60		28,98	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	500	20,27	20,15		87,98		

Зав. производством _____

ИНН 3461081228
 Столовая в МОУ СШ №64
 КРА ул. Героев малой земли, 53



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

Утверждаю

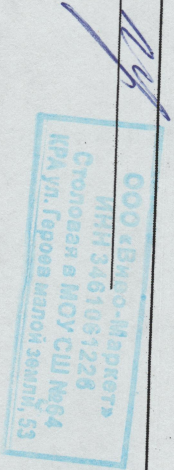
[Signature]



10 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ ТТК №5	100	1,05	0,10	8,50	40,70	ТТК №5	
ПЛОД ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	150	12,00	19,00	27,40	312,00	ТТК №67	
ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302	200	0,20	0,00	15,00	58,00	ТТК №302	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	50	3,95	0,50	21,15	118,33	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	500	17,20	19,60	72,05	529,03		

Зав. производством





Утверждаю _____

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

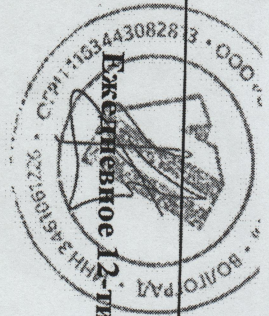


II Вариант

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	
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337	1шт	7,20	6,70	0,50	101,00	№337	2004
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301	200	0,30	0,00	15,20	60,00	ТТК №301	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	40	3,16	0,40	19,32	94,67	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	504	20,26	20,80	63,82	476,27		

Зав. производством _____

ООО «Диво-Маркет»
 ИНН 3461061228
 Столовая в МОУ СШ №64
 Кра. ул. Героя майор Замлин, 53



Утверждаю

 МОУ

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



12 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,64	0,00	1,40	8,15	ТТК №2	
ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ ТТК №513	180	9,96	14,40	42,60	337,70	ТТК №513	
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №241	200	0,18	0,00	15,00	58,00	ТТК №241	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	60	4,74	0,60	28,98	142,00	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	500	15,52	15,00	87,98	545,85		

Зав. производством _____

ООО «Виско-Маркет»
 ИНН 3461081226
 Столовая в МОУ СШ №64
 Кра. ул. Героев малой земли, 53