



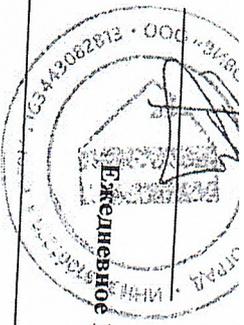
Утверждаю *А.А.Александров*  
 11.09.2015 г.  
 Директор МОУ г. Волжского  
 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеды) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ г. Волжского



1 Вариант

Присып пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
МОЖЖОВЬ 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	
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №241	180	6,12	10,98	41,04	293,40	ТТК №129	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	200	0,18	0,00	15,00	58,00	ТТК №241	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ ТТК №7	40	3,16	0,40	19,32	94,67	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	930	32,74	33,34	127,88	947,37	ТТК №7	

Зав. производством *Смирнова Т.В.*



Утверждено *В.В.В.В.В.*  
 12.12.2018 г.  
 Директор МБОУ г. Волегограда  
*О.В.В.В.В.*



2 Вариант

Прием пищи, наименование Блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Обед</b>							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	0,78	0,10	1,66	12,65	ТТК №1	
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47	250	2,00	4,30	10,00	88,00	ТТК №47	
ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ И КУРИЦЕЙ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ ТТК №564	200	16,80	24,20	47,30	477,90	ТТК №564	
ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302	200	0,20	0,00	15,00	58,00	ТТК №302	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	45	3,56	0,45	21,74	106,50	ТТК №6	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №7	40	2,64	0,48	13,36	69,33	ТТК №7	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>835</b>	<b>25,98</b>	<b>29,53</b>	<b>109,1</b>	<b>812,38</b>		

Зав. производством *С.С.С.С.С.*



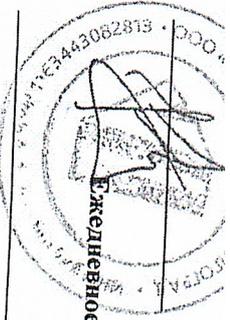
Утверждаю  
 Подпись №95  
 Подпись №95



3 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
ПОМИДОР СВЕЖИЙ							
СУП С КРУПНОЙ (рисовая) ТТК №44	100	1,50	0,10	8,50	40,70	ТТК №2	
ЖАРКОЕ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ ТТК №48	250	1,60	5,80	16,40	112,90	ТТК №44	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301	200	16,50	23,50	29,60	408,40	ТТК №48	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	200	0,30	0,00	15,20	60,00	ТТК №301	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ ТТК №7	60	4,74	0,60	28,98	142,00	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	60	3,96	0,72	20,04	104,00	ТТК №7	
Зав. производством	870	28,60	30,72	118,72	868,00		

*Суряева Т.В.*



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

Утверждено  
 Директор МОУ Г.Волгограда  
 12.18.18

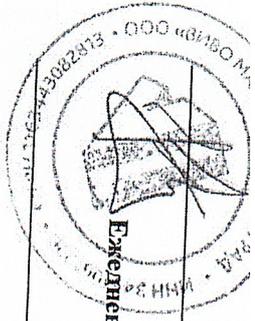


4 Вариант

Примечание, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
СВЕЖАЯ С МАСЛОМ ТТК №543	100	1,4	5,9	8,3	91,9	ТТК №543	
РАССОЛЫНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ ТТК №204	250	2,00	2,30	12,10	75,90	ТТК №204	
КОГЛЕТА НЕЖНАЯ ТТК №563	100	11,40	11,60	10,90	174,00	ТТК №563	
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 ПЕКЛЕВАНЫЙ ТТК №7	40	2,64	0,48	13,36	69,33	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	910	26,92	31,67	120,01	857,22		

Зав. производством *Сучкова Т.Б.*





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

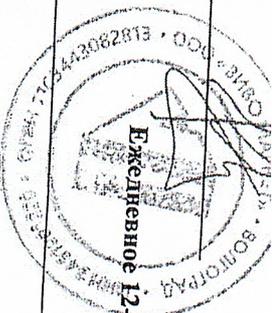
Утверждено  
 Директор МОУ  
 Д.А.Иванов

6 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	0,78	0,10	1,66	12,65	ТТК №2	
СУП С КРУПНОЙ (рисовая) ТТК №44	230	1,60	5,80	16,40	112,90	ТТК №44	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301	200	15,50	21,90	29,90	382,90	ТТК №71	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	60	0,30	0,00	15,20	60,00	ТТК №301	
ХЛЕБ ПЕКСЛЕВАННЫЙ ТТК №7	60	4,74	0,60	28,98	142,00	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	60	3,96	0,72	20,04	104,00	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	870	26,88	29,12	112,18	814,45		

Зав. производством *Смирнова Т.В.*





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



Утверждено

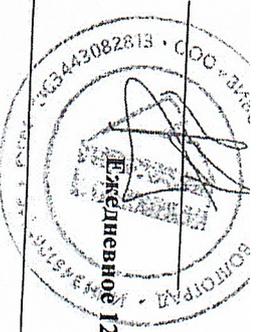
*С.С. Сидорова*  
12.12.2014 г.

7 Вариант

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	1,07	0,00	2,33	13,58	ТТК №2	
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ ТТК №204	230	2,00	2,30	12,10	75,90	ТТК №204	
КОЛЛЕТА РЫБНАЯ (минтай) ТТК №77	100	11,2	12,6	12,4	208,4	ТТК №77	
КАША РИСОВАЯ С ОВОЩАМИ ТТК №180	180	9,10	10,20	42,80	269,60	ТТК №180	
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	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ ТТК №7	50	3,30	0,60	16,70	86,66	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	930	30,80	26,20	122,48	830,47		

Зав. производством

*Сидорова С.С.*



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



8 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Обед</b>							
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	1,50	0,10	8,50	40,70	ТТК №2	
СУП С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46	250	3,10	8,20	15,70	121,00	ТТК №46	
ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ ТТК №468	200	12,20	16,90	35,70	327,90	ТТК №468	
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	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ ТТК №7	60	3,96	0,72	20,04	104,00	ТТК №7	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>870</b>	<b>25,70</b>	<b>26,52</b>	<b>123,92</b>	<b>793,60</b>		

Зав. производством *Светлана ТВ*





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



Утверждаю *Александровский*

*М.В. Александровский*

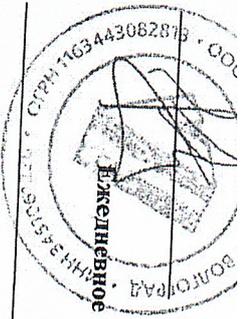
*12.12.2018*

*М.В. Александровский*

10 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
СВЕЖА ОТВАРНАЯ ТТК №5	100	1,05	0,10	8,50	40,70	ТТК №5	
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47	250	2,00	4,30	10,00	88,00	ТТК №47	
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №116	250	26,3	24,1	65,6	544,8	ТТК №116	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	200	0,18	0,00	15,00	58,00	ТТК №241	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ ТТК №7	20	1,58	0,20	9,66	47,30	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	30	1,98	0,36	10,02	52,00	ТТК №7	
Зав. производством	850	33,09	29,06	118,78	830,80		

*Александровский М.В.*



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

Утверждено  
 Директор  
 Мухомбетов  
 Директор  
 Мухомбетов  
 Директор  
 Мухомбетов



11 Вариант

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	1,07	0,00	2,33	13,58	ТТК №2	
БОРЩ С КАПУ СТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ ТТК №28	250	2,10	3,80	13,40	93,80	ТТК №28	
ПИЦЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	200	16,80	24,70	38,50	417,30	ТТК №66	
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	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №7	60	3,96	0,72	20,04	104,00	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	860	28,08	29,72	110,42	805,01		

Зав. производством *Султанов Т.В.*



Утверждаю *В.И. Давыдов*  
*С.С. Давыдов*  
*О.В. Давыдов*  
 Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеды) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ г.Волгограда



12 Вариант

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	0,78	0,10	1,66	12,65		
СУП С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46	250	3,10	8,20	15,70	121,00	ТТК №1	
ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ И КУРИЦЕЙ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ ТТК №564	200	16,80	24,20	47,30	477,90	ТТК №564	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301	200	0,30	0,00	15,20	60,00	ТТК №301	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	60	4,74	0,60	28,98	142,00	ТТК №6	
ХЛЕБ ПЕКОЛЕВАННЫЙ ТТК №7	60	3,96	0,72	20,04	104,00	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	870	29,68	33,8	128,88	917,55	ТТК №7	

Зав. производством *С.С. Давыдов*