

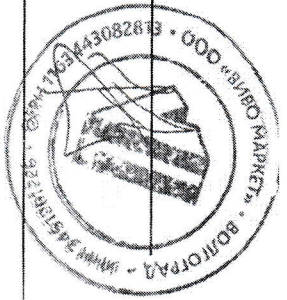
Ежедневное меню

1 Вариант

Утверждено  
 [Signature]  
 [Signature]  
 [Signature]

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Январь						
Овощи по сезону (помидоры соленые)	60	0,66	0,06	0,96	7,80	ТТК №439
Виточки "Митлофф с помидором и сыром"	100	12,46	13,20	9,15	207,00	ТТК №314
Картофель по-деревенски с напругой (гарнир)	180	5,22	5,72	17,93	146,00	ТТК №311
Компот из свежих плодов (яблоко)	200	0,10	0,10	14,20	59,20	ТТК №52
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>570</b>	<b>20,84</b>	<b>19,38</b>	<b>56,74</b>	<b>491</b>	

Зав. производством



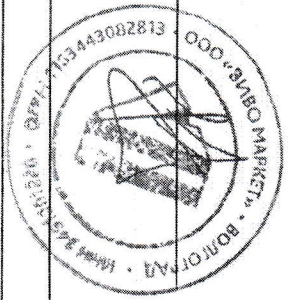
Ежедневное меню

2 Вариант

Утверждено  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Овощи по сезону (отурпы соевые)	60	0,48	0,06	1,02	6,60	ТТК №458
Куриная отбивная в сырной заливке	100	13,10	11,10	12,50	202,10	ТТК №539
Каша гречневая рассыпчатая "Мозанка" (гарнир)	180	4,59	5,84	25,24	174,10	ТТК №569
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 №66
Итого за прием пищи:	570	20,97	17,30	73,66	537,80	

Зав. производством \_\_\_\_\_



Ежедневное меню

3 Вариант

Утверждено  
 [Signature]  
 [Signature]  
 [Signature]

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Морковь по-корейски	60	0,78	1,86	4,20	35,40	ТТК №326
Зразы картофельные с мясом	180	8,64	11,52	38,16	293,36	ТТК №572
Чай черный с сахаром	200	0,30	0,07	10,33	43,34	ТТК №549
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №5
Итого за прием пищи:	470	12,12	13,75	67,19	443,10	

Зав. производством \_\_\_\_\_



Ежедневное меню

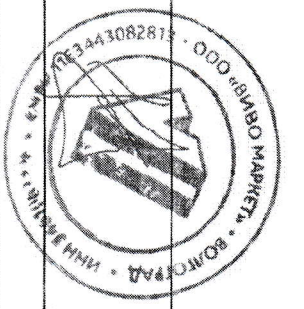
4 Вариант

Утверждено  
*(Signature)*  
 Руководитель  
*(Signature)*  
 Руководитель  
*(Signature)*

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Питательные вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Овощи по сезону (пюре/котлеты)	60	0,66	0,06	0,36	7,80	ТТК №439
Отбивная из куриного филе с овощами и сыром	100	20,30	22,40	1,00	287,00	ТТК №120
Булгур с овощами	180	4,92	4,65	23,4	174	ТТК №316
Компот из свежих плодов (яблок)	200	0,10	0,10	14,28	59,20	ТТК №52
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>570</b>	<b>28,38</b>	<b>27,51</b>	<b>54,26</b>	<b>599,00</b>	

Зав. Производством \_\_\_\_\_





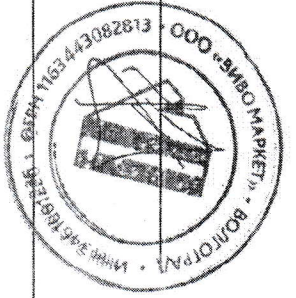
Ежедневное меню

6 Вариант

Утверждаю  
 [Signature]  
 [Signature]  
 [Signature]

Пример блюда, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Январь						
Морковь по-корейски	60	0,78	1,86	4,79	35,40	ТТК №326
Зразы "Мясная черепашка"	100	11,12	13,70	6,92	194,95	ТТК №470
Кус-кус с овощами (фаршир)	180	5,85	4,65	35,00	217,00	ТТК №317
Паштет говяжий	200	0,19	0,00	16,70	69,50	ТТК №14
Хлеб пшеничный	90	2,46	0,30	14,50	71,00	ТТК №66
Итого за пример питания:	570	20,25	20,51	76,42	587,85	

Зав. производством \_\_\_\_\_



Ежедневное меню

7 Вариант

УТВЕРЖАЮ  
 Директор  
 [Signature]  
 [Stamp: Волгоградский областной центр профилактики заболеваний, Волгоград, ул. Дзержинский, 107а, ОГРН 34807288 ОГРП 107а]

Пример пиццы, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Январь						
Орбит то сезоту (ломидора солонка)	60	0,66	0,06	0,55	7,80	ТТК №439
Орбана из куркиноу филе с олоцана и сыром	100	20,30	22,40	1,00	257,00	ТТК №120
Макаронные изделия отварные «фарфалле по-болготрацкото» (фаршир)	180/5	18,75	6,11	128,74	657,00	ТТК №16
Компот из свежих плодов (яблоко)	200	0,10	0,10	14,20	59,20	ТТК №52
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>575</b>	<b>42,21</b>	<b>28,97</b>	<b>159,4</b>	<b>1082</b>	

Зав. производством \_\_\_\_\_



Ежедневное меню

8 Вариант

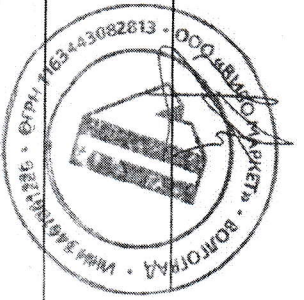
Утверждаю  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Январь						
Морковь по-корейски	60	0,78	1,85	4,28	35,40	ТТК №826
Зразя «Мясной лепёшка»	100	15,60	14,30	3,67	206,00	ТТК №812
Каши рисовая рассыпчатая "Алсурава" (порция)	180	3,94	2,34	44,35	219,72	ТТК №497
Компот из сушёных ягод (банан)	200	0,40	0,10	21,58	88,50	ТТК №570
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
<b>Итого за период питания:</b>	<b>570</b>	<b>22,55</b>	<b>18,9</b>	<b>88,22</b>	<b>620,62</b>	

Зав. Производством \_\_\_\_\_







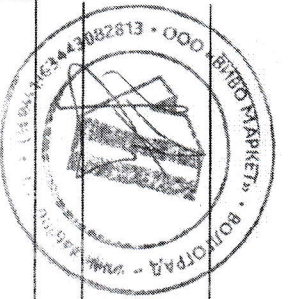
Ежедневное меню

10 Вариант

Утверждено  
  
 № 10/2019

Пример пиши, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептура
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Дань						
Морковь по-корейски	60	0,72	1,86	4,20	34,40	ТРК №325
Дыночки "Мини" с помидором в соусе	100	12,46	13,20	9,15	207,00	ТРК №314
Рис отварной с овощами	180	3,62	4,16	40,34	217,16	ТРК №180
Компот из свежих фруктов (фрукт.)	200	0,10	0,10	14,20	59,20	ТРК №31
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТРК №6
Итого за прием пищи:	570	19,36	19,62	82,29	589,76	

Зав. производством \_\_\_\_\_



Ежедневное меню

11 Вариант

Утверждено  
 [Signature]  
 [Signature]  
 [Signature]

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Итого						
Овощи по сезону (поджаренные)	60	0,43	0,06	0,94	7,81	ТРК №439
Зерны "Ульяновская пшеница"	100	11,12	13,70	6,02	194,95	ТРК №179
Картофельное пюре по-домашнему (соль)	130	3,72	5,20	27,40	173,00	ТРК №432
Чай зеленый со сахарозаменителем	200	0,22	0,06	9,41	39,02	ТРК №518
Хлеб пшеничный	30	2,46	0,30	14,50	71,00	ТРК №6
Итого за прием пищи:	570	18,23	19,32	58,29	485,77	

Зав. производством



Ежедневное меню

12 Вариант

Утверждено  
 [Signature]  
 [Signature]  
 [Signature]  
 [Signature]  
 [Signature]



Примечание, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Овощной салат (огурцы соленые)	60	0,48	0,05	-	6,60	ТТК №458
Льод-кебаб куриный	100	10,69	4,70	-	119,00	ТТК №315
Каши гречневая рассыпчатая "Молодая" (паров)	180	4,52	5,84	-	174,10	ТТК №569
Чай зеленый с лимонным вкусом	200	0,25	0,10	-	62,98	ТТК №517
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	-	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	570	18,41	11	-	59,52	413,68

Зав. производством \_\_\_\_\_