

Утверждаю

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



1 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
С МАСЛОМ ТТК №326	100	1,3	3,1	7,0	59,0	ТТК №326	
ОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) ТТК №43	250	7,30	5,70	20,00	163,00	ТТК №43	
НЕЖНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №562	100/30	12,70	12,80	15,50	227,30	ТТК №562	
РЫБНЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №129	180	6,12	10,98	41,04	293,40	ТТК №129	
КАРОМ КАРКАДЕ ТТК №241	200	0,18	0,00	15,00	58,00	ТТК №241	
ЯИЧНЫЙ ТТК №6	40	3,16	0,40	19,32	94,67	ТТК №6	
ЛЕВАННЫЙ ТТК №7	30	1,98	0,36	10,02	52,00	ТТК №7	
Итого:	930	32,74	33,34	127,88	947,37		

ЭЛСТВОМ

Утверждаю

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

5 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	1,07	0,00	2,33	13,58	ТТК №2	
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47	250	2,00	4,30	10,00	88,00	ТТК №47	
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	200	16,00	23,60	42,90	426,00	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	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №7	60	3,96	0,72	20,04	104,00	ТТК №7	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>860</b>	<b>27,18</b>	<b>29,12</b>	<b>111,42</b>	<b>807,91</b>		

Зав. производством

Утверждаю: *AB OS. 24*  
 Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеды) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ г. Волгограда



7 Вариант

Принем 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	250	2,00	2,30	12,10	75,90	ТТК №204	
КОТЛЕТА РЫБНАЯ (мелкая) 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 ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №7	50	3,30	0,60	16,70	86,66	ТТК №7	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>930</b>	<b>30,80</b>	<b>26,20</b>	<b>122,48</b>	<b>830,47</b>		

Зав. производством

*[Handwritten signature]*