



Утверждаю

В. В. Мочалов

Ежедневное меню ЛАНЧ

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Огурцы соленные или свежие	60	0,47	0,06	0,99	7,60	ТТК №4, ТТК №1
Жаркое из говядины по-домашнему	250	11,24	17,79	21,50	294,00	ТТК №328
Компот из сушеных фруктов (изюм)	200	0,40	0,10	21,50	88,50	ТТК №51
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	ТТК №6
Итого за прием пищи:	540	14,48	18,25	58,48	461,1	

Зав. производством *Земельский В.В.*



Утверждаю

Директор ООО "Аристократ"
г. Волгоград

Ежедневное меню ЛАНЧ

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Капуста квашенная	60	0,90	0,06	5,10	24,40	ТТК №3
Биточки "Митлофф с помидором и сыром"	100	12,46	13,20	9,15	207,00	ТТК №314
Гарнир "Булгур с овощами"	180	4,92	4,65	23,60	174,00	ТТК №316
Компот из свежемороженных ягод (вишня)	200	0,20	0,08	17,42	69,44	ТТК №336
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	ТТК №6
Итого за прием пищи:	570	20,85	18,29	69,76	545,84	

Зав. производством Зимевская В.В.

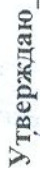


Ежедневное меню ЛАНЧ

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Помидор соленый или Помидор свежий	60	0,64	0,00	1,40	8,15	ТТК №27, ТТК №2
Паста "Итальянский сувенир"	260	32,53	13,34	84,40	592,80	ТТК №159
Компот из свежих плодов (яблок)	200	0,10	0,10	14,20	59,20	ТТК №52
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	ТТК №6
Итого за прием пищи:	550	35,64	13,74	114,49	731,15	

Зав. производством Зимесков В.В.



Deposited, allowed & nr
9/15/2014

Ежедневное меню ЛАНЧ

4 день

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	4,2	35,4	ТТК №326
Куриная отбивная в сырной заливке	90	11,82	10	11,25	181,89	ТТК №330
Гарнир "Картофель по-деревенски с паприкой"	180	5,22	5,72	17,93	146	ТТК №311
Компот из апельсинов	200	0,36	0,08	25,18	94	ТТК №257
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	ТТК №6
Итого за прием пищи:	560	20,55	17,96	73,05	528,29	

Зав. производством Зиневский В.В.



Утверждаю

В. В. Волков

Ежедневное меню ЛАНЧ

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Помидор соленый или Помидор свежий	60	0,64	0,00	1,40	8,15	ТТК №27, ТТК №2
Куриные отбивные "Колдуны"	250	29,41	13,56	18,92	325,00	ТТК №331
Компот из смеси сухофруктов	200	0,40	0,00	20,40	84,00	ТТК №53
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	ТТК №6
Итого за прием пищи:	540	32,82	13,86	55,21	488,15	

Зав. производством *Земельский В.В.*



Утверждаю _____
Директор ООО БИНГО
В. В. Минаев

Ежедневное меню ЛАНЧ

7 день						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Ассорти (помидоры, огурцы соленные или свежие)	30/30	0,6	0,06	0,99	7,2	ТТК №126
Ризотто с курицей "Pi-Love"	250	15,9	8,77	38,06	298	ТТК №324
Компот из свежих плодов (яблок)	200	0,10	0,10	14,20	59,20	ТТК №52
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	ТТК №6
Итого за прием пищи:	540	18,97	9,23	67,74	435,4	

Зав. производством *Зиневская В.В.*



Утверждаю

Директор, ШОУЧЕН И. В.
Д. Ф. Р. Ишмар

Ежедневное меню ЛАНЧ

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Огурцы соленые или свежие	60	0,47	0,06	0,99	7,60	ТТК №4, ТТК №1
Люля-кебаб куриный	100	10,69	4,7	8,34	119	ТТК №315
Гарнир "Пюре картофельное по-домашнему"	180	3,79	5,2	27,4	173	ТТК №333
Компот из свежемороженных ягод (вишня)	200	0,20	0,08	17,42	69,44	ТТК №336
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	ТТК №6
Итого за прием пищи:	570	17,52	10,34	68,64	440,04	

Зав. производством *Зиневича В. В.*



Утверждаю

Директор ООО «Рибомаркет»

Ежедневное меню ЛАНЧ

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Капуста квашенная	60	0,90	0,06	5,10	24,40	ТТК №3
Зразы "Мясной митбол"	100	15,03	14,3	3,67	206	ТТК №312
Гарнир "Картофель по-деревенски с паприкой"	180	5,22	5,72	17,93	146	ТТК №311
Компот из свежемороженных ягод (черная смородина)	200	0,2	0,08	17,42	69,44	ТТК №336
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	ТТК №6
Итого за прием пищи:	570	23,72	20,46	58,61	516,84	

Зав. производством Зимевская В.В.



Утверждаю

Директор, менеджер
Г.Е. Вдовина

Ежедневное меню ЛАНЧ

10 день

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	4,2	35,4	ТТК №326
Филе куриное в соусе "Снежная лавина"	100	18,05	8,23	2,86	158	ТТК №332
Гарнир "Каша гречневая рассыпчатая с маслом"	180	8,1	4,14	45	237,6	ТТК №376
Компот из сушеных фруктов (изюм)	200	0,40	0,10	21,50	88,50	ТТК №51
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	ТТК №6
Итого за прием пищи:	570	29,7	14,63	88,05	590,5	

Зав. производством Зимовская ВВ



Утверждаю

Директор Волгострой
Д. В. Рязанский

Ежедневное меню ЛАНЧ

11 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Ассорти (помидоры, огурцы соленые или свежие)	30/30	0,6	0,06	0,99	7,2	ТТК №126
Отбивная из куриного филе с овощами и сыром	100	20,3	22,4	1	287	ТТК №120
Гарнир "Фарфалле по-волгоградски"	180/5	18,75	6,11	128,74	657	ТТК №16
Компот из свежих плодов (яблок)	200	0,10	0,10	14,20	59,20	ТТК №52
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	ТТК №6
Итого за прием пищи:	575	42,12	28,97	159,42	1081,4	

Зав. производством *Зиняевская ВВ*