



Утверждаю
 Директор ЦОУ СШ №125
 Волжский район Волгоградской области

Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (полдники) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет МОУ Волгограда

1 день

Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Подлник						
СЛАДКАЯ БУЛОЧКА	150					Сборник рецептов или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	350	10,56	14,45	109,07	606,10	

2 день

Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Подлник						
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	150					Сборник рецептов или ТТК
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	350	12,76	9,37	95,63	517,30	

3 день

Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Подлник						
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ВИШНЕЙ	150					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоко) №342	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	350	8,99	8,69	113,45	569,60	

4 день

Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Подлник						
ПЛОШКА МОСКОВСКАЯ	150					Сборник рецептов или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	350	10,93	14,79	111,42	620,06	

Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (полдники) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет МОУ Волгограда

5 день

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	150					Сборник рецептов или ТТК Сборник рецептов или ТТК
КОФЕИНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692	200					
Итого за прием пищи:	350	12,76	9,37	95,63	517,30	

6 день

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ВИШНЕЙ	150					Сборник рецептов или ТТК Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоко) №342	200					
Итого за прием пищи:	350	8,99	8,69	113,45	569,60	

7 день

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
СЛАДКАЯ БУЛОЧКА	150					Сборник рецептов или ТТК Сборник рецептов или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	200					
Итого за прием пищи:	350	10,56	14,45	109,07	606,10	

8 день

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	150					Сборник рецептов или ТТК Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №348	200					
Итого за прием пищи:	350	10,96	8,17	97,13	506,40	

Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (полдники) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет МОУ Волгограда

9 день

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Полдник							
ПЛОШКА МОСКОВСКАЯ	150					Сборник рецептов или ГТК	
КОРЕЙСКИЙ НАТИТОК НА МОЛОКЕ №692	200						Сборник рецептов или ГТК
Итого за прием пищи:	350	13,13	16,09	109,12	633,26		

10 день

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Полдник							
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ВИШНЕЙ	150					Сборник рецептов или ГТК	
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	200						Сборник рецептов или ГТК
Итого за прием пищи:	350	8,89	8,49	114,15	567,20		

11 день

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Полдник							
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	150					Сборник рецептов или ГТК	
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №348	200						Сборник рецептов или ГТК
Итого за прием пищи:	350	10,96	8,17	97,13	506,40		

12 день

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Полдник							
ПЛОШКА МОСКОВСКАЯ	150					Сборник рецептов или ГТК	
КОРЕЙСКИЙ НАТИТОК НА МОЛОКЕ №692	200						Сборник рецептов или ГТК
Итого за прием пищи:	350	13,13	16,09	109,12	633,26		

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	6	ж	уг	ккал
Итого за период	137,62	136,82	1 274,37	6 852,58
Среднее значение за период	11,05	11,40	106,20	571,05
Соотношение пищевых веществ	1	1	4	