

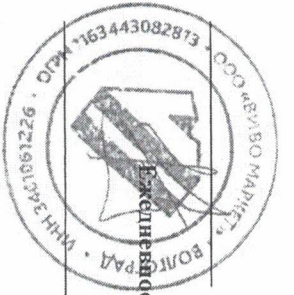
Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеда) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ г. Волгограда



12 Вариант

| Присл. пищи, наименование блюда                              | Масса порции | Пищевые вещества |             |               | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|--|--------------|------------------|-------------|---------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|  |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г   |                               |             |                  |
| Обед   |              |                  |             |               |                               |             |                  |
| ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ  | 100          | 0,78             | 0,10        | 1,66          | 12,65                         | ТТК №4      |                  |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46                          | 250          | 3,10             | 8,20        | 15,70         | 121,00                        | ТТК №46     |                  |
| 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 ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №7                                      | 60           | 3,96             | 0,72        | 20,04         | 104,00                        | ТТК №7      |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                  | <b>870</b>   | <b>29,68</b>     | <b>33,8</b> | <b>128,88</b> | <b>917,55</b>                 |             |                  |

Зав. производством Щацкая Я



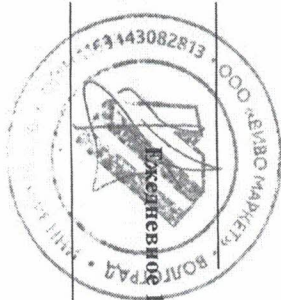
Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеда) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ г. Волгограда

Утверждаю  
 Директор  
 МОУ г. Волгограда  
 [Signature]

11 Вариант

| Применяемые наименования блюд             | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|   |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Обед                                      |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ                          | 100          | 1,07             | 0,00    | 2,33        | 13,58                         | ТТК №27      |                  |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ ТТК №28      | 250          | 2,10             | 3,80    | 13,40       | 93,80                         | ТТК №28      |                  |
| ПТИЦА, 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 [Signature]



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

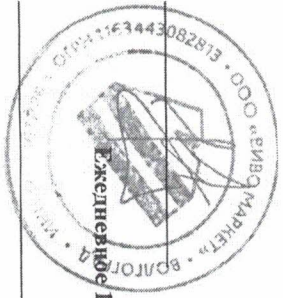


10 Вариант

| Применение пищи, наименование блюда            | Масса порции | Питательные вещества |              |               | Энергетическая ценность, ккал | № рецептур | Сборник рецептур |
|--|--------------|----------------------|--------------|---------------|-------------------------------|------------|------------------|
|  |              | Белки, г             | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |            |                  |
| Обед   |              |                      |              |               |                               |            |                  |
| СВЕКЛА 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    |                  |
| ПЕЛЬМЕНИ ОТВАРНЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ ТТК №116 | 250          | 26,3                 | 24,1         | 65,6          | 544,8                         | ТТК №116   |                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №241                 | 200          | 0,18                 | 0,00         | 15,00         | 58,00                         | ТТК №241   |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6                          | 20           | 1,58                 | 0,20         | 9,66          | 47,30                         | ТТК №6     |                  |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №7                        | 30           | 1,98                 | 0,36         | 10,02         | 52,00                         | ТТК №7     |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                    | <b>850</b>   | <b>33,09</b>         | <b>29,06</b> | <b>118,78</b> | <b>830,80</b>                 |            |                  |

Зав. производством

*Олеся Николаевна*



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



Утверждаю *С.И. Ковалева*

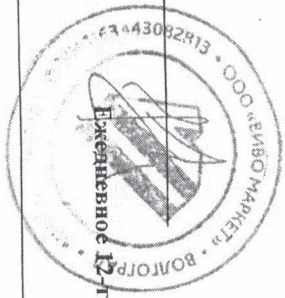
*С.И. Ковалева*

9 Вариант

| Примем пищи, наименование блюда             | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|---|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|   |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Обед  |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ                             | 100          | 0,78             | 0,10    | 1,66        | 12,65                         | ТТК №4       |                  |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОВОВЫМИ (ГОРОХ) ТТК №43 | 250          | 7,30             | 5,70    | 20,00       | 163,00                        | ТТК №43      |                  |
| ПШОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67                       | 200          | 16,00            | 23,60   | 42,90       | 426,00                        | ТТК №67      |                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301            | 200          | 0,30             | 0,00    | 15,20       | 60,00                         | ТТК №301     |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6                       | 40           | 3,16             | 0,40    | 19,32       | 94,67                         | ТТК №6       |                  |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №7                     | 50           | 3,30             | 0,60    | 16,70       | 86,66                         | ТТК №7       |                  |
| Итого за прием пищи:                        | 840          | 30,8             | 30,40   | 115,78      | 842,98                        |              |                  |

Зав. производством

*С.И. Ковалева*



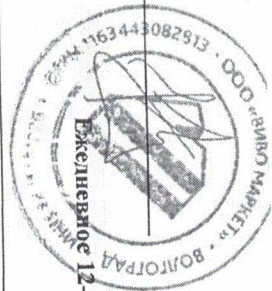
Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеды) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ г. Волгодвора



8 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда               | Масса порции | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|--|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|  |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |              |                  |
| Обед   |              |                  |              |               |                               |              |                  |
| КАПУСТА КВАШЕНАЯ                             | 100          | 1,50             | 0,10         | 8,50          | 40,70                         | ТТК №3       |                  |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46          | 250          | 3,10             | 8,20         | 13,70         | 121,00                        | ТТК №46      |                  |
| ГРЕЧКА ПО-КУЛПЕЧЕСКИ 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 ПЕКЛЕВАННЫЙ 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 *Олегушина Ю*



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



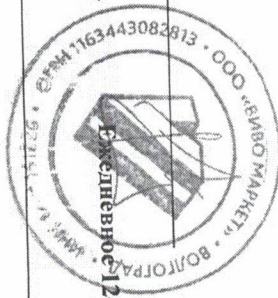
7 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда   | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|----------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                                  |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Обед                             |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ                 | 100          | 1,07             | 0,00    | 2,33        | 13,58                         | ТТК №27      |                  |
| РАССОЛНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ ТТК №204 | 250          | 2,00             | 2,30    | 12,10       | 75,90                         | ТТК №204     |                  |
| КОТЛЕТА РЫБНАЯ (винта) 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       |                  |
| Итого за прием пищи:             | 930          | 30,80            | 26,20   | 122,48      | 830,47                        |              |                  |

Зав. производством

*Иванова И.*





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

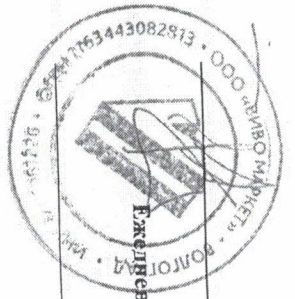


5 Вариант

| Прим пищи, наименование блюда             | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|---|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|   |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Обед                                      |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ                          | 100          | 1,07             | 0,00    | 2,33        | 13,58                         | ТТК №27      |                  |
| 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       |                  |
| Итого за прием пищи:                      | 860          | 27,18            | 29,12   | 111,42      | 807,91                        |              |                  |

Зав. производством *Иванова И.*





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

Утверждено  
 12.01.2014  
 [Signature]

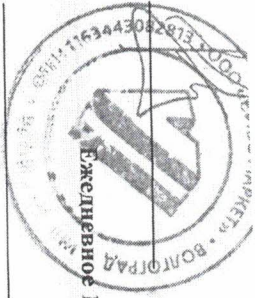


4 Вариант

| Присм пищи, наименование блюда       | Масса порции | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|--------------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                                      |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |              |                  |
| Обед                                 |              |                  |              |               |                               |              |                  |
| СВЕЖА С МАСЛОМ ТТК №543              | 100          | 1,4              | 5,9          | 8,3           | 91,9                          | ТТК №543     |                  |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ ТТК №204    | 250          | 2,00             | 2,30         | 12,10         | 75,90                         | ТТК №204     |                  |
| КОТЛЕТА 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 ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №7              | 40           | 2,64             | 0,48         | 13,36         | 69,33                         | ТТК №7       |                  |
| <b>Итого за присм пищи:</b>          | <b>910</b>   | <b>26,92</b>     | <b>31,67</b> | <b>120,01</b> | <b>857,22</b>                 |              |                  |

Зав. производством

[Signature]



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

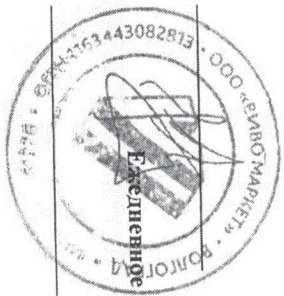


Утверждаю  
 [Signature]  
 [Signature]

3 Вариант

| Примем пищи, наименование блюда  | Масса порции | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|----------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                                  |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |              |                  |
| Обед                             |              |                  |              |               |                               |              |                  |
| КАПУСТА КВАШЕНАЯ                 | 100          | 1,50             | 0,10         | 8,50          | 40,70                         | ТТК №3       |                  |
| СУП С КРУТОЙ (рисовая) ТТК №44   | 250          | 1,60             | 5,80         | 16,40         | 112,90                        | ТТК №44      |                  |
| ЖАРКОЕ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ ТТК №48     | 200          | 16,50            | 23,50        | 29,60         | 408,40                        | ТТК №48      |                  |
| 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 ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №7          | 60           | 3,96             | 0,72         | 20,04         | 104,00                        | ТТК №7       |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>      | <b>870</b>   | <b>28,60</b>     | <b>30,72</b> | <b>118,72</b> | <b>868,00</b>                 |              |                  |

Зав. производством [Signature]



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

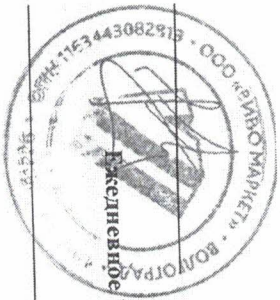


2 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда                               | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|--|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|  |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Обед   |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ  | 100          | 0,78             | 0,10    | 1,66        | 12,65                         | ТТК №4       |                  |
| 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       |                  |
| Итого за прием пищи:   | 835          | 25,98            | 29,53   | 109,1       | 812,38                        |              |                  |

Зав. производством

*Лычева Ю*



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

1 Вариант



Утверждаю  
 [Signature]  
 [Signature]

| Принем пищи, наименование блюда             | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|   |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Обед  |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| МОРКОВЬ 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     |                  |
| 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                      | 30           | 1,98             | 0,36    | 10,02       | 52,00                         | ТТК №7       |                  |
| Итого за прием пищи:                        | 930          | 32,74            | 33,34   | 127,88      | 947,37                        |              |                  |

Зав. производством

[Signature]