



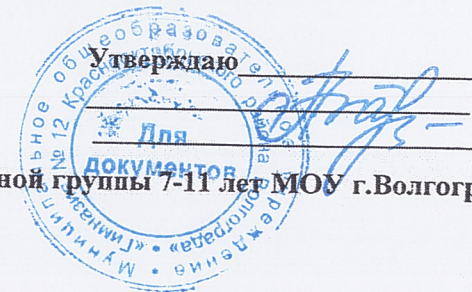
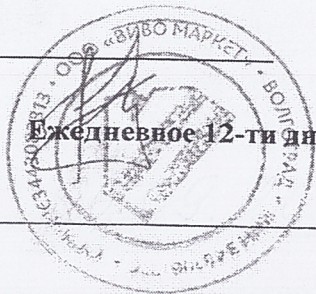
Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеда) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ г.Волгограда



5 Вариант

Прием 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	
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 _____



Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеда) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ г.Волгограда

5 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,64	0,00	1,40	8,15	ТТК №2	
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47	200	1,60	3,00	8,00	70,40	ТТК №47	
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	150	12,00	19,00	27,40	312,00	ТТК №67	
ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302	200	0,20	0,00	15,00	58,00	ТТК №302	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	55	4,35	0,55	26,57	130,14	ТТК №6	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №7	55	3,63	0,66	18,70	95,33	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	720	22,42	23,21	97,07	674,02		

Зав. производством _____



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

5 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ВАРЕНИКИ С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ ТТК №514	250/50	18,90	17,60	60,40	526,30	ТТК №514	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301	200	0,30	0,00	15,20	60,00	ТТК №301	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	50	3,95	0,50	21,15	118,33	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	550	23,15	18,10	96,75	704,63		

Зав. производством _____



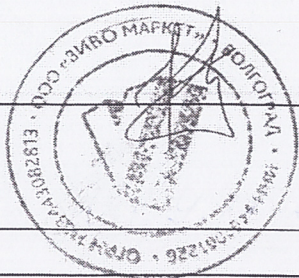
Утверждаю



Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ г.Волгограда

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
5 Вариант							
Завтрак							
ВАРЕНИКИ С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ ТТК №514	200/50	15,90	14,60	50,20	436,70	ТТК №514	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301	200	0,30	0,00	15,20	60,00	ТТК №301	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	50	3,95	0,50	21,15	118,33	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	500	20,15	15,10	86,55	615,03		

Зав. производством



Ежедневное меню



5 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Суп-харчо на костном бульоне	250	3,14	2,83	18,93	115,75	ТТК №374
Булочка с чесноком	70	3,40	1,20	21,70	110,60	ТТК №125
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 №6
Итого за прием пищи:	550	9,34	4,33	75,53	381,35	

Зав. производством _____

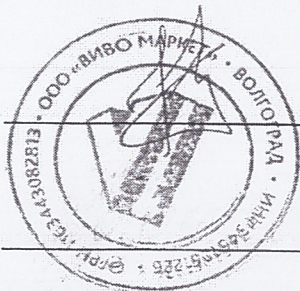


Ежедневное меню

5 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Овощи по сезону (огурцы соленые)	60	0,48	0,06	1,02	6,60	ТТК №438
Запеканка «Курочка по-деревенски»	300	11,24	17,79	21,50	294,00	ТТК №529
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 №6
Итого за прием пищи:	590	14,52	18,15	57,42	455,6	

Зав. производством _____

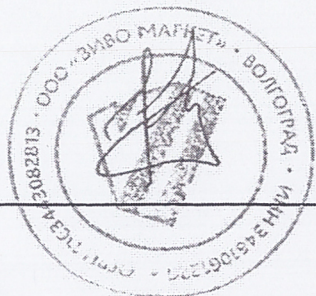


Ежедневное меню

5 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Овощи по сезону (огурцы соленые)	60	0,48	0,06	1,02	6,60	ТТК №438
Суп-харчо на костном бульоне	250	3,14	2,83	18,93	115,75	ТТК №374
Запеканка «Куручка по-деревенски»	300	11,24	17,79	21,50	294,00	ТТК №529
Булочка с чесноком	70	3,40	1,20	21,70	110,60	ТТК №125
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 №6
Итого за прием пищи:	910	21,06	22,18	98,05	681,95	

Зав. производством



Ежедневное меню Комбо-Завтрак

Вариант 5

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
1	Блинчики с молоком цельным сгущенным с сахаром	140	7,88	16,10	46,36	362,52	ТТК №387
2	Холодный чай «Лесные ягоды»	200	0,126	0,026	13,26	55,00	ТТК № 501
	Итого за прием пищи:	340	8,01	16,13	59,62	417,52	

Зав. производством _____

Утверждаю

Для
документов

Ежедневное меню Комбо-Обеды

Вариант 5

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
1	Бургер Солнечный 140г ТТК № 528	140	12,68	12,10	37,58	310,82	ТТК № 528
2	Чай горячий с сахаром ТТК № 433	200	0,20	0,00	15,00	58,00	ТТК № 433
Итого за прием пищи:		340	12,88	12,10	52,58	368,82	

Зав. производством _____



Утверждаю

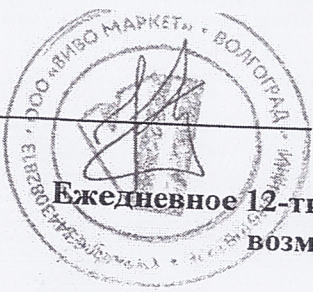


Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (полдни) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет МОУ Волгограда

5 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Полдник							
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	150	10,46	8,07	69,73	393,80	ТТК №40	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	2,30	1,30	25,90	123,50	692	2004
Итого за прием пищи:	350	12,76	9,37	95,63	517,30		

Зав. производством _____



Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (полдники) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгограда

5 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Полдник							
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	100	7,11	5,50	47,30	267,60	ТТК №40	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	2,30	1,30	25,90	123,50	692	2004
Итого за прием пищи:	300	9,41	6,80	73,20	391,10		

Зав. производством _____