## грам III та дневное меню для обеспечения горички питанием (завтряки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ . - час у час г.Волгограда

2 5 Щинин пищи, панменевание блюзя	Afacea	п	ишевые вещ	естья	Энергати-	Тохнологическая документация
	поражь	Калки, г	Жиры, г	Уз яевозы, г	Hennetis, Kicar	
	3ear	'pasc				
овоиси ПО СЕЗОНА	100					Сбороко: репеттур как ТТК
плов из 11 пипрі	150					Сборинк редентур или ТТК
чай с пахаром	200					Сбориак репеттур или ГПС
XIEE B ACCOPTIONENTE	60					Сборык репяттур или ТТК
Итоса за првем ождя:	510	10,81	19,60	23,71	515,51	

Присм лиши, нажменившине блюля	Macea	Π	muchale help	(=C1 8B	Энергети- ческоя пенность, ахал	Технологическая локучентиция
	порнан	Белии, т	Жиры, г	Углеволы, г		
	3eer	per				
OBOUTH THO CESOILA	100					Сборных ределуур или ТТХ
ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ ХУРИНЫМ	110				Í	Сборятк рецев. ур жин ТТК
MOHOMINI IN MOYAX AD DIRAP	200					Сборына рецептур или: 1710
X ЛЕВ В АОСОРТИМЕНТЕ	50					Сборяни решентур или ТТК
Итаго за прием вишь:	500	15,70	15,20	74,95	480,33	

	3 Bap	Ment as it				
11 руччы гэмцен, наменавания блюзи	Мисея ворини	П	илины вес	ECTIM	Эмергети- ческия приность, касал	Технологическия покументация
		Белки, г	Жирал, г	Услеводы, г		
	3no i	рак				
БЛЮДО С ТВОРОГОМ (запекания, калти моточиме, варсиния и т.а.)	200					Оборына рецентур или ТТК
БУТЕРЕРОД С СЫРОМ	33/10/5					Сборник режентур или ТТК
MAÑ E CAXAPOM KAPKAJE	200	)				Сборинк решентур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50				- 1	Сборчак ревстур ван ТТК
Илого за пъмен капан.	500	18,63	15.00	83,45	551,98	

^\_

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

4 Вариант									
Прием пиши, наименование блюда		П	Іищевые веш	ества	Энергстн-	Технологическая			
прием пиши, наименование олюда	порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ческая ценность, ккал	документация			
	Завт		1141,021,1	1 111121 7,21,1	H				
овощи по сезону	100					Сборник рецептур или ТТК			
ПЛОВ из птицы	150					Сборник рецептур или ТТК			
ЧАЙ С САХАРОМ	200					Сборник рецептур или ТТК			
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50			<b>.</b>		Сборник рецептур или ТТК			
Итого за прием пищи:	500	16,93	19,60		65,21 500,98				
5 Вариант	_								
The same of the sa	Macca	Пищевые вещества			Энергети-	Технологическая			
Прием пищи, наименование блюда	порции	Белки, г Ж	Киры, г	Углеводы, г	ческая ценность, ккал	документация			
Завтрак									
БИТОЧКИ НЕЖНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	90/30					Сборник рецептур или ТТК			
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150					Сборник рецептур или ТТК			
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200					Сборник рецептур или ТТК			
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептур или ТТК			
Итого за прием пищи:	510		18,86 20,15		82,82 594,77				
6 Вариант									
Прием пищи, наименование блюда	Macca	Пищевые вещества		Энергети-	Технологическая				
прием пищи, наименование олюда		Белки, г Ж	Киры, г Угле	воды, г	ческая ценность, ккал	документация			
Завтрак									
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ	200					Сборник рецептур или ТТК			
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30/20				[	Сборник рецептур или ТТК			
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ	200				[	Сборник рецептур или ТТК			
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50			Сборник рецептур или ТТК					
Итого за прием пиши:	500		1	7,03 15,00 88,00	514,33				

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

	7 Bap	иант						
Прием пищи, наименование блюда		П	ищевые вещ	ества	Энергети- ческая	Технологическая		
		Белки, г	Жиры, г У	глеводы, г	ческая ценность, к кал	документация		
	рак							
котлета нежан атактом	90					Сборник рецептур или ТТК		
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150					Сборник рецептур или ТТК		
ЧАЙ С САХАРОМ	200					Сборник рецептур или ТТК		
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	60					Сборник рецептур или ТТК		
Итого за прием пиши:	500	20,29		20,15 87,98	601,10			
8 Вариант								
Прием пипи, наименование блюда	Macca	Пищевые вещества			Энергети- ческая	Технологическая		
прием пиши, наименование олюда	порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ческая ценность, ккал	документация		
Завтрак								
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	200					Сборник рецептур или ТТК		
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	180					Сборник рецептур или ТТК		
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200					Сборник рецептур или ТТК		
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	60					Сборник рецептур или ТТК		
Итого за прием пищи:	640	14,74	15,00	87,68	504,70			
9 Вариант								
Прием пиши, наименование блюда	Macca	Пищевые вещества		Энергети-	Технологическая			
присм пиши, панменоване олюда	порции	Белки, г Ж	биры, г Углеводы, г		ческая ценность, ккал	документация		
	Завт	рак						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	60					Сборник рецептур или ТТК		
ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	180					Сборник рецептур или ТТК		
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ	200					Сборник рецептур или ТТК		
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	60					Сборник рецептур или ТТК		
Итого за прием пищи:	500		1:	5,52 15,00 87,98	545,85			

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

	10 Ba	риант				
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-	Технологическая
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ческая ценность, ккал	документация
	Завт		лары, г	ј Утлеводы, г	допиость, пасаг	
КОТЛЕТА РЫБНАЯ (минтай)	90					Сборник рецептур или ТТК
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150					Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ	200					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	60					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	500	20,24	20,75	87,98	615,30	
11 Вариант	•	•				
	Macca	П	Іищевые веш	ества	Энергети-	Технологическая документация
Прием пищи, наименование блюда	порции	Белки, г	Жиры, г		ческая ценность, ккал	
			ј жиры, г	ј Этлеводы, г	денность, ккал	
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ	200	puk				Сборник рецептур или ТТК
ЯИЧНОЕ БЛЮДО (яйцо вареное, омлет, драчена и т.д.)	1шт					Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пиши:	504	20,26	20,80		63,82 476,27	
12 Вариант						
П	Macca	Пищевые вещества		Энергети-	Технологическая	
Прием пищи, наименование блюда	порции	Белки, г	Жиры, г Углеводы, г		ческая ценность, ккал	документация
	Завт		умиры, г у	тлеводы, т	promise 12, mail	
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	100					Сборник рецептур или ТТК
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	150					Сборник рецептур или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ	200					Сборник рецептур или ТТК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	60					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	510	17,30		1	17,30 66,44 499,85	
ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ						
Итого		б	ж	уг	ккал	
Итого за период		213,51	213,55	950,02	6 411,04	
Среднее значение за период		17,79	17,80	79,17	534,25	
Соотношение пищевых веществ		1	1	4		