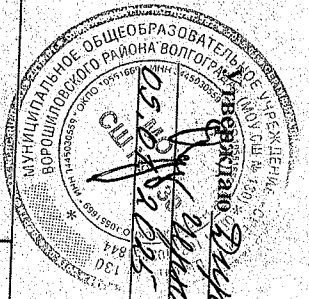


Сторонова А.В.

Ежедневное меню

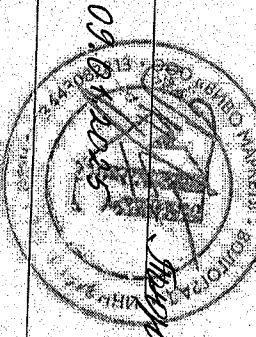
12 Вариант



Директору ИОУСШ №150
Сторонова А.В.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Соус кисло-сладкий "Классический"	100	0,60	0,17	12,76	54,47	ТТК № 610
Натреты	100	20,48	3,60	4,60	132,45	ТТК №172
Картофель по-деревенски с паприкой (гарнир)	180	5,22	5,72	17,93	146,00	ТТК №311
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:	610	29,10	9,79	70,19	487,92	

Зав. производством *Сторонова*



Ежедневное меню



11 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Данч						
Овощи по сезону (отурилы соленые)	100	0,80	0,10	1,70	11,00	ТТК №438
Бигочки «Янтарные»	100	10,75	14,07	15,96	230,02	ТТК №605
Картофельное пюре по-домашнему (гарнир)	180	3,79	5,20	27,40	173,00	ТТК №333
Чай черный со смородиной	200	0,26	0,06	9,41	39,02	ТТК № 548
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	610	18,00	19,73	68,97	524,04	

Зав. производством

Иванов

09.08.2025
Иванова Е. В.
Иванова Е. В.
Иванова Е. В.

09.07.2009

Давыдова К.В.

Исследовательное меню

10 Вариант

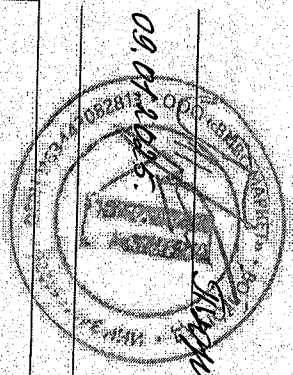
Прием пищи, наименование блюда

Овощи по сезону (помидоры соленые)	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Зразы «Мясная черепашка»	100	1,10	0,10	1,60	13,00	ТТК №439
Булгур с овощами (гарнир)	100	11,12	13,70	6,02	194,95	ТТК №470
Чай черный с яблоком свежим	180	4,92	4,65	23,60	174,00	ТТК №316
Хлеб пшеничный	200	0,25	0,10	10,22	42,98	ТТК №547
Итого за прием пищи:	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Зав. производством	610	19,79	18,85	55,94	495,93	

Давыдова



Давыдова К.В. Давыдова К.В.



Иванович А.В.

Ежедневное меню

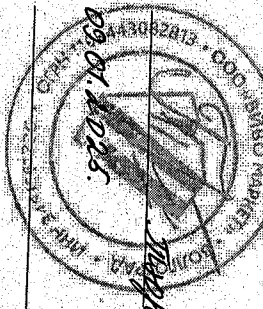
9 Вариант



Директор ИДДСМ №130
Иванович А.В.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Данч						
Ассорти помидоры и огурцы соленные	100	0,95	0,10	1,65	12,00	ТТК №126
Котлета «Аппетитная»	100	12,23	7,50	10,45	159,20	ТТК №608
Пюре картофельная с овощами (гарнир)	180	3,79	12,10	26,10	221,10	ТТК №609
Компот из сушеных ягод (изюм)	200	0,40	0,10	21,50	88,50	ТТК №570
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	610	19,77	20,10	74,20	551,80	

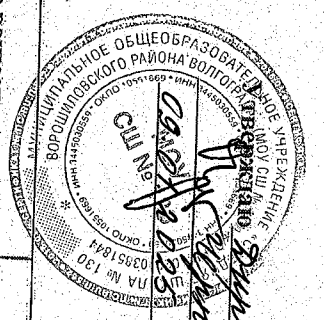
Зав. производством Иванович А.В.



№ 01.0025
Иванов И.И.

Ежедневное меню

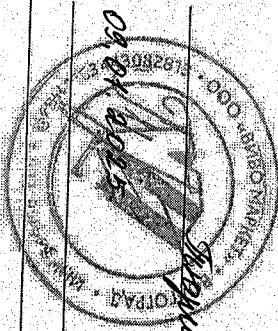
8 Вариант



Иванов И.И.
№ 01.0025

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Данч						
Овощи по сезону (отрубы соленые)	100	0,80	0,10	1,70	11,00	ТТК №438
Куриная отбивная «Солнечная»	100	15,10	8,11	18,25	241,10	ТТК №607
Макаронные изделия отварные с овощами	180	5,34	7,00	96,03	230,53	ТТК № 611
Чай черный с вишней	200	0,30	0,07	10,33	43,34	ТТК №549
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	610	23,94	15,58	140,81	596,97	

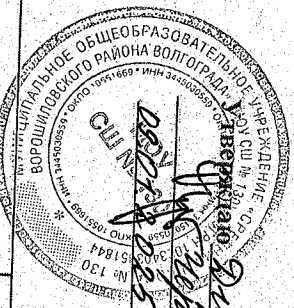
Зав. производством Иванов И.И.



Иванова В.В.

Ежедневное меню

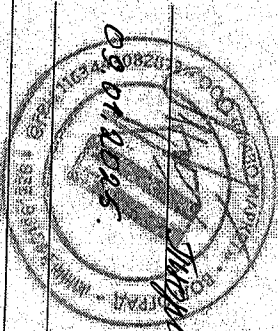
7 Вариант



Иванова В.В. № 130

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Данч						
Овощи по сезону (помидоры соленые)	100	1,10	0,10	1,60	13,00	ТТК №439
Запеканка «Курочка по-деревенски»	250	15,10	18,29	36,70	350,12	ТТК №529
Чай черный с яблоком свежим	200	0,25	0,10	10,22	42,98	ТТК №547
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	580	18,85	18,79	63,02	477,1	

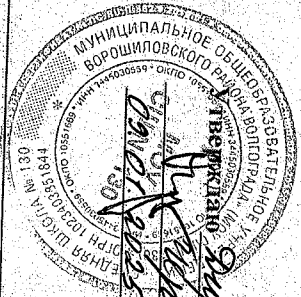
Зав. производством *Иванова*



Медведева Я.В.

Ежедневное меню

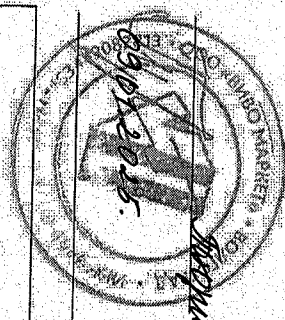
6 Вариант



Медведева Я.В.

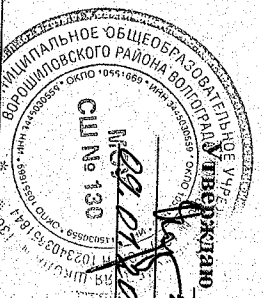
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Данч						
Овощи по сезону (огурцы соленые)	100	0,80	0,10	1,70	11,00	ТТК №438
Куриная отбивная «Солнечная»	100	15,10	8,11	18,25	241,10	ТТК №607
Макаронные изделия отварные с овощами	180	5,34	7,00	96,03	230,53	ТТК № 611
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:	610	24,04	15,51	150,88	637,63	

Зав. производством Медведева



Исходный № 8.

Ежедневное меню



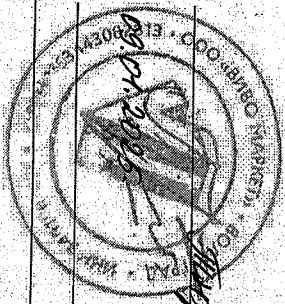
№ 09.08.2015

Утверждено
Заведующий ШСР СШ № 130
Чернышова О.А.

5 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Ассорти помидоры и огурцы соленые	100	0,95	0,10	1,65	12,00	ТТК №126
Митбол куриный под сырной корочкой	100	16,27	6,40	1,84	123,30	ТТК №606
Картофель, по-деревенски с наприжкой (гарнир)	180	5,22	5,72	17,93	146,00	ТТК №311
Чай черный с яблоком свежим	200	0,25	0,10	10,22	42,98	ТТК №547
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	610	25,09	12,62	46,14	395,28	

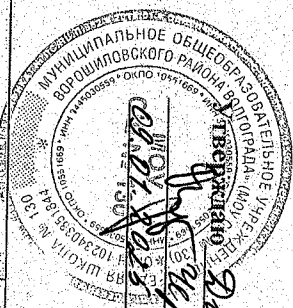
Зав. производством Чернышова



Исследователь К.В.

Ежедневное меню

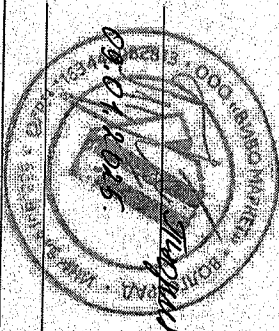
4 Вариант



Директор ИИЗС РАН И.А.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Данч						
Овощи по сезону (помидоры соленые)	100	1,10	0,10	1,60	13,00	ТТК №439
Зразы «Мясной митбол»	100	15,03	14,30	3,67	206,00	ТТК №312
Рис отварной с овощами (гарнир)	180	3,62	4,16	40,24	217,16	ТТК №180
Чай черный со смородиной	200	0,26	0,06	9,41	39,02	ТТК № 548
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	610	22,41	18,92	69,42	546,18	

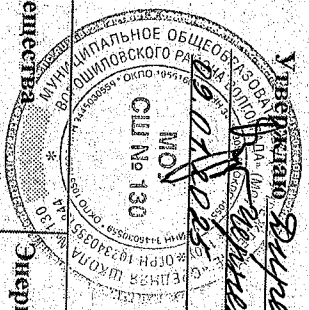
Зав. производством Мещеряков



Мурманск №8

Ежедневное меню

3 Вариант



Утверждено
Высшее руководство МОУСШ №130
Мурманск Д.К.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Овощи по сезону (отурцы соленые)	100	0,80	0,10	1,70	11,00	ТТК №438
Запеканка «Итальянская» с картофелем	250	15,70	19,10	36,10	390,50	ТТК №545
Компот из сушеных ягод (изюм)	200	0,40	0,10	21,50	88,50	ТТК №570
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	580	19,30	19,60	73,80	561,00	

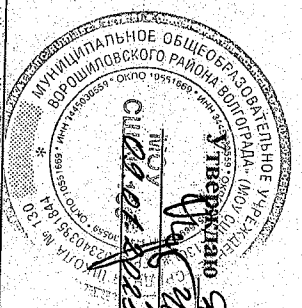
Зав. производством Иванова



Формы № 3.

Ежедневное меню

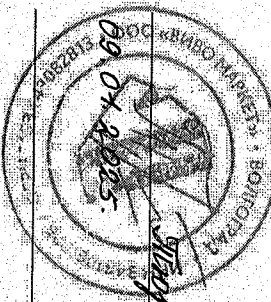
2 Вариант



Утверждено
Супервизор МОУСШ № 130
С. С. Чудинский Д. Н.
Сидоренко А. В.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Ассорти помидоры и огурцы соленые	100	0,95	0,10	1,65	12,00	ТТК №126	
Льоды-кебаб куриный	100	10,69	4,70	8,34	119,00	ТТК №315	
Картофельное пюре по-домашнему (гарнир)	180	3,79	5,20	27,40	173,00	ТТК №333	
Чай черный с яблоком свежим	200	0,25	0,10	10,22	42,98	ТТК №547	
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	610	18,08	10,40	62,11	417,98		

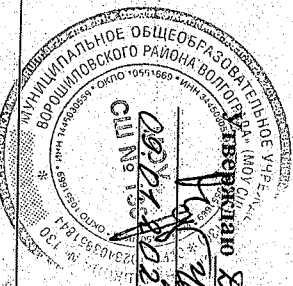
Зав. производством Мельникова



Глушкова Я. В.

Ежедневное меню

1 Вариант



Директор Д. А. Глушкова Д. А.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Дни						
Овощи по сезону (помидоры соленые)	100	1,10	0,10	1,60	13,00	ТТК №439
Биточки "Митлофф с помидором и сыром"	100	12,46	13,20	9,15	207,00	ТТК №314
Пюре отварная с овощами (гарнир)	180	3,79	12,10	26,10	221,10	ТТК №609
Чай черный с вишней	200	0,30	0,07	10,33	43,34	ТТК №549
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	610	20,05	25,77	61,68	555,44	

Зав. производством Глушкова