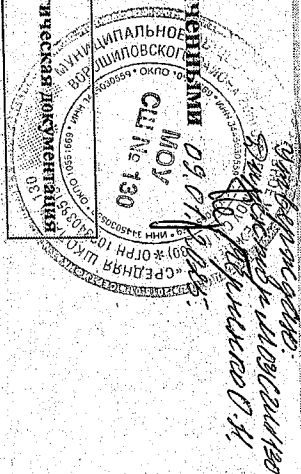


Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (полдники) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгограда



Прием пищи, наименование блюда

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
СЛАДКАЯ БУЛОЧКА	100					Сборник рецептов или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	300	7,94	10,09	84,62	458,41	

2 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЬИ С ЖАРТОФЕДЕМ	100					Сборник рецептов или ТТК
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	300	9,41	6,80	73,20	391,10	

3 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЬИ С ВИШНЕЙ	100					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоко)	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	300	6,66	6,60	89,48	445,56	

4 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
ПЮШКА МОСКОВСКАЯ	100					Сборник рецептов или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	300	7,94	10,09	84,60	458,41	

Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения белковыми 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	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЬИЙ С КАРТОФЕЛЕМ	100					Сборник рецептов или ТК
	200					Сборник рецептов или ТК
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	300	9,41	6,80	73,20	391,10	
Итого за прием пищи:						
6 Вариант						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЬИЙ С ВИШНЕЙ	100					Сборник рецептов или ТК
	200					Сборник рецептов или ТК
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОДОВ (облак)	300	6,66	6,60	89,48	445,36	
Итого за прием пищи:						

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
СЛАДКАЯ БУЛОЧКА	100					Сборник рецептов или ТК
	200					Сборник рецептов или ТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	300	7,94	10,09	84,62	458,41	
Итого за прием пищи:						

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЬИЙ С КАРТОФЕЛЕМ	100					Сборник рецептов или ТК
	200					Сборник рецептов или ТК
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОКА	300	7,61	5,60	74,70	380,20	
Итого за прием пищи:						

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЬИЙ С КАРТОФЕЛЕМ	100					Сборник рецептов или ТК
	200					Сборник рецептов или ТК
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОКА	300	7,61	5,60	74,70	380,20	
Итого за прием пищи:						

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

9 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Подлинник						
ПИШОШКА МОСКОВСКАЯ	100					Сборник рецептов или ТТК
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
	300	10,14	11,39	82,30	471,61	
Итого за прием пищи:						
10 Вариант						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Подлинник						
ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С ВИШНЕЙ	100					Сборник рецептов или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДИ	200					Сборник рецептов или ТТК
	300	6,56	6,40	90,18	442,96	
Итого за прием пищи:						
11 Вариант						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Подлинник						
ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	100					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОКА	200					Сборник рецептов или ТТК
	300	7,61	5,60	74,70	380,20	
Итого за прием пищи:						
12 Вариант						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Подлинник						
ПШОШКА МОСКОВСКАЯ	100					Сборник рецептов или ТТК
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
	300	10,14	11,39	82,30	471,61	
Итого за прием пищи:						
ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ						
Итого		б	ж	ул	ккал	
Итого за период		98,02	97,45	983,38	5194,73	
Среднее значение за период		8,17	8,12	81,95	432,89	
Соотношение пищевых веществ		1	1	4		