

Составляемое меню для обеспечения горячим питанием (блюда) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ г. Волгограда

1.Вариант

Прием пищи в начесованием блюда.

Состав супом:	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая ценность
	Масса пищи	Белки, г	Жиры, г		
Обед					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОЛОВЫМИ (ГОРОХ)	100				
БАТОЧНИЧНЫЕ С СОСКОМ ТОМАТИЧЕМ	250				
МАКАРОННЫЕ БЛЮДА С ОГУРЦЫ	100/50				
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАСАЕ	180				
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	200				
ЛЖЕВАЯ АССОРТИМЕНТ	40				
Итого за прием пищи:	30				
	950	32,5%	33,7%	129,17	980,29

2.Вариант

Прием пиши, начесование блюда.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая ценность
	Масса пищи	Белки, г	Жиры, г		
Обед					
ЧИКИ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	100				
БАРНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ И КУРИЦЕЙ СОССИДОЧНЫМ МАСЛОМ	250				
ЧАЙ С САХАРОМ	200				
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	45				
Итого за прием пиши:	40				
	835	25,9%	29,5%	109,1	812,38

3.Вариант

Прием пиши, начесование блюда.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая ценность
	Масса пиши	Белки, г	Жиры, г		
Обед					
СУП С КУПОЙ (рисовой)	100				
ЖАРКОЕ ПОДДЕВЕНСКА	250				
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200				
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	200				
Итого за прием пиши:	60				
	276	28,6%	30,7%	147,2	865,00

Овощи по сезону

СУП С КУПОЙ (рисовой)

ЖАРКОЕ ПОДДЕВЕНСКА

ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ

ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ

Итого за прием пиши:

Обед



ВОЛГОГРАДСКОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧЕБНО-ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ УЧЕБНО-ПРОДУКЦИОННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
Министерства образования и науки Волгоградской области
* ОГРН 1025401000000
* ОГРН 1025401000001
* ОГРН 1025401000002
* ОГРН 1025401000003
* ОГРН 1025401000004
* ОГРН 1025401000005
* ОГРН 1025401000006
* ОГРН 1025401000007
* ОГРН 1025401000008
* ОГРН 1025401000009
* ОГРН 1025401000010
* ОГРН 1025401000011
* ОГРН 1025401000012
* ОГРН 1025401000013
* ОГРН 1025401000014
* ОГРН 1025401000015
* ОГРН 1025401000016
* ОГРН 1025401000017
* ОГРН 1025401000018
* ОГРН 1025401000019
* ОГРН 1025401000020
* ОГРН 1025401000021
* ОГРН 1025401000022
* ОГРН 1025401000023
* ОГРН 1025401000024
* ОГРН 1025401000025
* ОГРН 1025401000026
* ОГРН 1025401000027
* ОГРН 1025401000028
* ОГРН 1025401000029
* ОГРН 1025401000030
* ОГРН 1025401000031
* ОГРН 1025401000032
* ОГРН 1025401000033
* ОГРН 1025401000034
* ОГРН 1025401000035
* ОГРН 1025401000036
* ОГРН 1025401000037
* ОГРН 1025401000038
* ОГРН 1025401000039
* ОГРН 1025401000040
* ОГРН 1025401000041
* ОГРН 1025401000042
* ОГРН 1025401000043
* ОГРН 1025401000044
* ОГРН 1025401000045
* ОГРН 1025401000046
* ОГРН 1025401000047
* ОГРН 1025401000048
* ОГРН 1025401000049
* ОГРН 1025401000050
* ОГРН 1025401000051
* ОГРН 1025401000052
* ОГРН 1025401000053
* ОГРН 1025401000054
* ОГРН 1025401000055
* ОГРН 1025401000056
* ОГРН 1025401000057
* ОГРН 1025401000058
* ОГРН 1025401000059
* ОГРН 1025401000060
* ОГРН 1025401000061
* ОГРН 1025401000062
* ОГРН 1025401000063
* ОГРН 1025401000064
* ОГРН 1025401000065
* ОГРН 1025401000066
* ОГРН 1025401000067
* ОГРН 1025401000068
* ОГРН 1025401000069
* ОГРН 1025401000070
* ОГРН 1025401000071
* ОГРН 1025401000072
* ОГРН 1025401000073
* ОГРН 1025401000074
* ОГРН 1025401000075
* ОГРН 1025401000076
* ОГРН 1025401000077
* ОГРН 1025401000078
* ОГРН 1025401000079
* ОГРН 1025401000080
* ОГРН 1025401000081
* ОГРН 1025401000082
* ОГРН 1025401000083
* ОГРН 1025401000084
* ОГРН 1025401000085
* ОГРН 1025401000086
* ОГРН 1025401000087
* ОГРН 1025401000088
* ОГРН 1025401000089
* ОГРН 1025401000090
* ОГРН 1025401000091
* ОГРН 1025401000092
* ОГРН 1025401000093
* ОГРН 1025401000094
* ОГРН 1025401000095
* ОГРН 1025401000096
* ОГРН 1025401000097
* ОГРН 1025401000098
* ОГРН 1025401000099
* ОГРН 1025401000100
* ОГРН 1025401000101
* ОГРН 1025401000102
* ОГРН 1025401000103
* ОГРН 1025401000104
* ОГРН 1025401000105
* ОГРН 1025401000106
* ОГРН 1025401000107
* ОГРН 1025401000108
* ОГРН 1025401000109
* ОГРН 1025401000110
* ОГРН 1025401000111
* ОГРН 1025401000112
* ОГРН 1025401000113
* ОГРН 1025401000114
* ОГРН 1025401000115
* ОГРН 1025401000116
* ОГРН 1025401000117
* ОГРН 1025401000118
* ОГРН 1025401000119
* ОГРН 1025401000120
* ОГРН 1025401000121
* ОГРН 1025401000122
* ОГРН 1025401000123
* ОГРН 1025401000124
* ОГРН 1025401000125
* ОГРН 1025401000126
* ОГРН 1025401000127
* ОГРН 1025401000128
* ОГРН 1025401000129
* ОГРН 1025401000130
* ОГРН 1025401000131
* ОГРН 1025401000132
* ОГРН 1025401000133
* ОГРН 1025401000134
* ОГРН 1025401000135
* ОГРН 1025401000136
* ОГРН 1025401000137
* ОГРН 1025401000138
* ОГРН 1025401000139
* ОГРН 1025401000140
* ОГРН 1025401000141
* ОГРН 1025401000142
* ОГРН 1025401000143
* ОГРН 1025401000144
* ОГРН 1025401000145
* ОГРН 1025401000146
* ОГРН 1025401000147
* ОГРН 1025401000148
* ОГРН 1025401000149
* ОГРН 1025401000150
* ОГРН 1025401000151
* ОГРН 1025401000152
* ОГРН 1025401000153
* ОГРН 1025401000154
* ОГРН 1025401000155
* ОГРН 1025401000156
* ОГРН 1025401000157
* ОГРН 1025401000158
* ОГРН 1025401000159
* ОГРН 1025401000160
* ОГРН 1025401000161
* ОГРН 1025401000162
* ОГРН 1025401000163
* ОГРН 1025401000164
* ОГРН 1025401000165
* ОГРН 1025401000166
* ОГРН 1025401000167
* ОГРН 1025401000168
* ОГРН 1025401000169
* ОГРН 1025401000170
* ОГРН 1025401000171
* ОГРН 1025401000172
* ОГРН 1025401000173
* ОГРН 1025401000174
* ОГРН 1025401000175
* ОГРН 1025401000176
* ОГРН 1025401000177
* ОГРН 1025401000178
* ОГРН 1025401000179
* ОГРН 1025401000180
* ОГРН 1025401000181
* ОГРН 1025401000182
* ОГРН 1025401000183
* ОГРН 1025401000184
* ОГРН 1025401000185
* ОГРН 1025401000186
* ОГРН 1025401000187
* ОГРН 1025401000188
* ОГРН 1025401000189
* ОГРН 1025401000190
* ОГРН 1025401000191
* ОГРН 1025401000192
* ОГРН 1025401000193
* ОГРН 1025401000194
* ОГРН 1025401000195
* ОГРН 1025401000196
* ОГРН 1025401000197
* ОГРН 1025401000198
* ОГРН 1025401000199
* ОГРН 1025401000200
* ОГРН 1025401000201
* ОГРН 1025401000202
* ОГРН 1025401000203
* ОГРН 1025401000204
* ОГРН 1025401000205
* ОГРН 1025401000206
* ОГРН 1025401000207
* ОГРН 1025401000208
* ОГРН 1025401000209
* ОГРН 1025401000210
* ОГРН 1025401000211
* ОГРН 1025401000212
* ОГРН 1025401000213
* ОГРН 1025401000214
* ОГРН 1025401000215
* ОГРН 1025401000216
* ОГРН 1025401000217
* ОГРН 1025401000218
* ОГРН 1025401000219
* ОГРН 1025401000220
* ОГРН 1025401000221
* ОГРН 1025401000222
* ОГРН 1025401000223
* ОГРН 1025401000224
* ОГРН 1025401000225
* ОГРН 1025401000226
* ОГРН 1025401000227
* ОГРН 1025401000228
* ОГРН 1025401000229
* ОГРН 1025401000230
* ОГРН 1025401000231
* ОГРН 1025401000232
* ОГРН 1025401000233
* ОГРН 1025401000234
* ОГРН 1025401000235
* ОГРН 1025401000236
* ОГРН 1025401000237
* ОГРН 1025401000238
* ОГРН 1025401000239
* ОГРН 1025401000240
* ОГРН 1025401000241
* ОГРН 1025401000242
* ОГРН 1025401000243
* ОГРН 1025401000244
* ОГРН 1025401000245
* ОГРН 1025401000246
* ОГРН 1025401000247
* ОГРН 1025401000248
* ОГРН 1025401000249
* ОГРН 1025401000250
* ОГРН 1025401000251
* ОГРН 1025401000252
* ОГРН 1025401000253
* ОГРН 1025401000254
* ОГРН 1025401000255
* ОГРН 1025401000256
* ОГРН 1025401000257
* ОГРН 1025401000258
* ОГРН 1025401000259
* ОГРН 1025401000260
* ОГРН 1025401000261
* ОГРН 1025401000262
* ОГРН 1025401000263
* ОГРН 1025401000264
* ОГРН 1025401000265
* ОГРН 1025401000266
* ОГРН 1025401000267
* ОГРН 1025401000268
* ОГРН 1025401000269
* ОГРН 1025401000270
* ОГРН 1025401000271
* ОГРН 1025401000272
* ОГРН 1025401000273
* ОГРН 1025401000274
* ОГРН 1025401000275
* ОГРН 1025401000276
* ОГРН 1025401000277
* ОГРН 1025401000278
* ОГРН 1025401000279
* ОГРН 1025401000280
* ОГРН 1025401000281
* ОГРН 1025401000282
* ОГРН 1025401000283
* ОГРН 1025401000284
* ОГРН 1025401000285
* ОГРН 1025401000286
* ОГРН 1025401000287
* ОГРН 1025401000288
* ОГРН 1025401000289
* ОГРН 1025401000290
* ОГРН 1025401000291
* ОГРН 1025401000292
* ОГРН 1025401000293
* ОГРН 1025401000294
* ОГРН 1025401000295
* ОГРН 1025401000296
* ОГРН 1025401000297
* ОГРН 1025401000298
* ОГРН 1025401000299
* ОГРН 1025401000300
* ОГРН 1025401000301
* ОГРН 1025401000302
* ОГРН 1025401000303
* ОГРН 1025401000304
* ОГРН 1025401000305
* ОГРН 1025401000306
* ОГРН 1025401000307
* ОГРН 1025401000308
* ОГРН 1025401000309
* ОГРН 1025401000310
* ОГРН 1025401000311
* ОГРН 1025401000312
* ОГРН 1025401000313
* ОГРН 1025401000314
* ОГРН 1025401000315
* ОГРН 1025401000316
* ОГРН 1025401000317
* ОГРН 1025401000318
* ОГРН 1025401000319
* ОГРН 1025401000320
* ОГРН 1025401000321
* ОГРН 1025401000322
* ОГРН 1025401000323
* ОГРН 1025401000324
* ОГРН 1025401000325
* ОГРН 1025401000326
* ОГРН 1025401000327
* ОГРН 1025401000328
* ОГРН 1025401000329
* ОГРН 1025401000330
* ОГРН 1025401000331
* ОГРН 1025401000332
* ОГРН 1025401000333
* ОГРН 1025401000334
* ОГРН 1025401000335
* ОГРН 1025401000336
* ОГРН 1025401000337
* ОГРН 1025401000338
* ОГРН 1025401000339
* ОГРН 1025401000340
* ОГРН 1025401000341
* ОГРН 1025401000342
* ОГРН 1025401000343
* ОГРН 1025401000344
* ОГРН 1025401000345
* ОГРН 1025401000346

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

4.Вариант

Прием пищи, назначение блюда	Масса порции	Ингредиенты			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая достоверность
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед						
СВЕКЛА С МАСЛОМ						
РАССОЛЬНИК НИНГРАЦКИЙ	100					Сборник рецептур им. ТИК
КОТИЕЛА НЕЖНАЯ	250					Сборник рецептур им. ТИК
МАКАРОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОВАРЬЕ	100					Сборник рецептур им. ТИК
ЧАЙ С САХАРОМ КАКАДУ	180					Сборник рецептур им. ТИК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	200					Сборник рецептур им. ТИК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептур им. ТИК
Итого за прием пищи:	910	2652	2328	12001	85722	Сборник рецептур им. ТИК

5.Вариант

Прием пищи, назначение блюда	Масса порции	Ингредиенты			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая достоверность
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед по сезону						
ЧАЙ С ВЕБЕКТОМ ПУСТЬ С КАРТОФЕЛЕМ	100					Сборник рецептур им. ТИК
ШЛОВЫЕ ПИЦЦЫ	250					Сборник рецептур им. ТИК
ЧАЙ С САХАРОМ	200					Сборник рецептур им. ТИК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептур им. ТИК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	60					Сборник рецептур им. ТИК
Итого за прием пищи:	860	2718	2912	11142	80791	Сборник рецептур им. ТИК

6.Вариант

Прием пищи, назначение блюда	Масса порции	Ингредиенты			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая достоверность
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед						
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ						
СУП С КРУПОЙ (кислом)	100					Сборник рецептур им. ТИК
РАГУ ИЗ ШПИЦЫ	250					Сборник рецептур им. ТИК
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200					Сборник рецептур им. ТИК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	60					Сборник рецептур им. ТИК
Итого за прием пищи:	810	2638	2812	11218	81445	Сборник рецептур им. ТИК

Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (белье) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ Г.Волгограда

7 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Питание в столовой			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Овощи по сезону	100					Обзор
БОРЩ С КАЛУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250					Сборник рецептур им. ТИК
КОЛЛЕТА РЫБНАЯ (мясной)	100					Сборник рецептур им. ТИК
КАША РИСОВАЯ С СОВОЧЬЕМ	180					Сборник рецептур им. ТИК
ЧАЙ С САХАРОМ КАКАДЕ	200					Сборник рецептур им. ТИК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептур им. ТИК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептур им. ТИК
Итого за прием пищи:		950	30,90	27,70	123,08	842,97

8 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Питание в столовой			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Овощи по сезону	100					Обзор
СУП С МАКАРОННЫМИ ИДЕЛЬЦАМИ	250					Сборник рецептур им. ТИК
ГРЕНКА ПО-КУДИЧЕСКИЙ ФИЛЕ СО СВИНЕИ	200					Сборник рецептур им. ТИК
ЧАЙ С САХАРОМ	200					Сборник рецептур им. ТИК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептур им. ТИК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептур им. ТИК
Итого за прием пищи:		870	25,70	26,52	123,92	793,60

9 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Питание в столовой			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Овощи по сезону	100					Обзор
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОРОВИМИ ГОРОХО	250					Сборник рецептур им. ТИК
ДЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200					Сборник рецептур им. ТИК
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛЕМОНОМ	200					Сборник рецептур им. ТИК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	40					Сборник рецептур им. ТИК
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	50					Сборник рецептур им. ТИК
Итого за прием пищи:		840	30,84	30,40	115,78	842,98

Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения прачечных питанием (без завт) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ г. Волгограда

10 Вариант

Приём пищи, количество блюда	Масса порции	Питание Всесезон			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая достоверность
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Овощи по сезону		100				
ЦИИ из свеклы с картофелем		250				
Пельмени с творогом со сливочным маслом		250				
Чай с сахаром, кардамоном		200				
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ		20				
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ		30				
Итого за прием пищи:		850		33,09	29,06	118,76
						\$30,80

11 Вариант

Приём пищи, количество блюда	Масса порции	Питание сезона			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая достоверность
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Овощи по сезону						
РАССОЛЬНИК ПЕНИНГРАДСКИЙ	100					
ПИЦЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	250					
ЧАЙ С САХАРОМ	200					
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	30					
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	60					
Итого за прием пищи:	860	27,99	26,22	109,12	78,71	

12 Вариант

Приём пищи, количество блюда	Масса порции	Питание сезона			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая достоверность
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Овощи по сезону						
СЛЮС МАКАРОННЫМ ИЗДЕЛИЕМ	100					
ВАРЕННИКИ С КАРТОФЕЛЕМ И КУРИЦЕЙ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	250					
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛАМОНОМ	200					
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	60					
ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ	60					
Итого за прием пищи:	870	29,68	33,8	128,38	917,55	
Итого		6	2	37	376	КСМ
Итого за прием		346,61	357,25	1,420,12	10,155,26	
Среднее значение за прием		26,38	29,77	1,18,34	846,27	
Соединение письменных восклиц		1	1	4		