

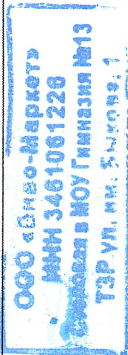


Ежедневное меню

1 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Овощная подгарнировка из свежих овощей	100	1,66	3,00	6,53	60,18	ТТК №1041
Отбивная из куриного филе с овощами и сыром	90	18,27	20,16	0,90	258,30	ТТК №120
Картофель по-деревенски с паприкой	150	4,35	4,77	14,94	121,67	ТТК №311
Чай черный с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	15,20	60,00	ТТК №810
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	570	26,98	28,23	52,07	571,15	

Зав. производством





КОПИЯ ВЕРНА

Документ подписан ЭП

Владелец:
Бондарева О.Н.

Утверждаю: Директор МОУ Гимназия №13
О.Н. Бондарева





Утверждаю
Директор ООО «Супер-Маркет»
В.А. Дендасев

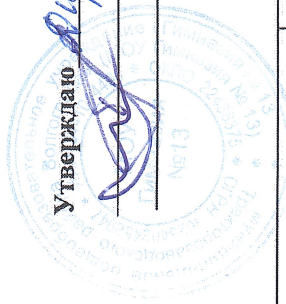
Ежедневное меню

2 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г				
		Жиры, г	Углеводы, г			
Ланч						
Морковь по-корейски	100	1,30	3,10	7,00	59,00	ТТК №326
Биточки "Митлофф с помидором и сыром"	100	12,46	13,20	9,15	207,00	ТТК №314
Булгур с овощами	150	4,10	3,90	19,70	145,00	ТТК №316
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:	580	20,52	20,56	59,76	521,02	

Зав. производством





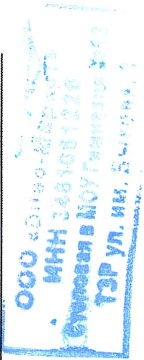
Утверждаю
Директор ООО «Камов-Маркет»
Р.А. Бенгаркин

Ежедневное меню

3 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Подгарнировка овощная из свежей капусты и огурца	100	1,48	2,92	5,27	53,38	ТТК №1040
Запеканка "Куричка по-деревенски"	250	15,10	18,29	36,70	350,12	ТТК №529
Чай черный с яблоком	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	19,23	21,61	66,69	517,48	

Зав. производством





Утверждаю

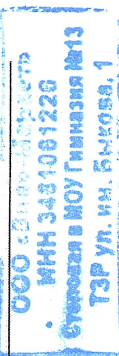
Директор МОУ Гимназия №13
Р.М. Давыдов

Ежедневное меню

4 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Овощная подгарнировка из свежих овощей	100	1,66	3,00	6,53	60,18	ТТК №1041
Куриная отбивная "Солнечная"	100	15,10	8,11	18,25	241,10	ТТК №607
Паста "Орзо" по-восточному	180	18,57	6,55	109,70	581,79	ТТК №837
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	38,03	18,03	159,31	997,41	

Зав. производством





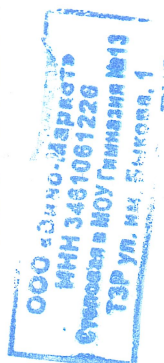
Утверждаю Директор ООО «ЭКО-МАРКЕТ»
В.В. Бондаренко

Ежедневное меню

5 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Морковь по-корейски	100	1,30	3,10	7,00	59,00	ТТК №326
Люля-кебаб куриный	100	10,69	4,70	8,34	119,00	ТТК №315
Картофельное пюре по-домашнему	180	3,79	5,20	27,40	173,00	ТТК №333
Чай черный с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	15,20	60,00	ТТК №810
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	610	18,48	13,3	72,44	482,00	

Зав. производством _____





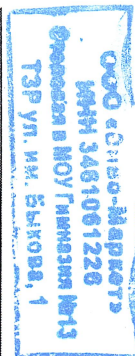
Утверждаю: *В.В. Н. Никитин*

Ежедневное меню

6 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Поджаривровка овощная из свежей капусты и огурца	100	1,48	2,92	5,27	53,38	ТТК №1040
Куриная отбивная в сырной заливке	100	13,10	11,10	12,50	202,10	ТТК №330
Фаршале по-волгоградски	180	18,44	4,12	126,00	628,74	ТТК №16
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	35,68	18,5	167,68	994,24	

Зав. производством





Утверждаю Директор МОУ Гимназия №13
С.В. Р. Я. Бендерский

Ежедневное меню

7 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Овощная подгариновка из свежих овощей	100	1,66	3,00	6,53	60,18	ТТК №1041
Отбивная из куриного филе с овощами и сыром	90	18,27	20,16	0,90	258,30	ТТК №120
Картофельное пюре по-домашнему	180	3,79	5,20	27,40	173,00	ТТК №333
Чай черный с яблоком	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:	600	26,37	28,76	59,55	605,46	

Зав. производством

ООО «Виво-Маркет»
ИНН 3461061226
Столовая в МОУ Гимназия №13
ТЗР ул. им. Быкова: 1



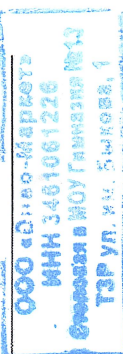
Утверждаю *Высший мер. орган*
В.А. Бендерин

Ежедневное меню

8 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Морковь по-корейски	100	1,30	3,10	7,00	59,00	ТТК №326
Итальянская паста Орзо с филе куриным	260	35,19	14,16	110,70	722,96	ТТК №838
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:	590	39,19	17,63	142,53	896,30	

Зав. производством





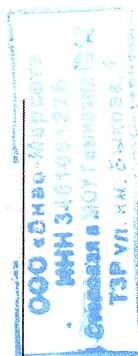
Утверждаю *Директор ООО «Вибомаркет»*
В.А. Бондаренко

Ежедневное меню

9 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Поджаренная овощная из свежей капусты и огурца	100	1,48	2,92	5,27	53,38	ТТК №1040
Биточки "Митлофф с помидором и сыром"	100	12,46	13,20	9,15	207,00	ТТК №314
Кус-кус с овощами	150	4,97	3,87	29,16	180,00	ТТК №317
Чай черный с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	15,20	60,00	ТТК №810
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	580	21,61	20,29	73,28	571,38	

Зав. производством





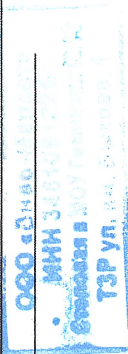
Утверждаю: *Директор ООО "БиоМаркет"*
В.И. Венедиктов

Ежедневное меню

10 Вариант

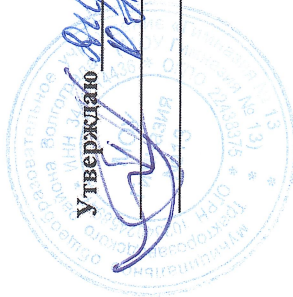
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Овощная подгарнировка из свежих овощей	100	1,66	3,00	6,53	60,18	ТТК №1041
Куриная отбивная "Солнечная"	100	15,10	8,11	18,25	241,10	ТТК №607
Картофель по-деревенски с паприкой	150	4,35	4,77	14,94	121,67	ТТК №311
Чай черный с яблоком	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	23,76	16,28	64,44	536,93	

Зав. производством





утверждаю Директор ООО Тестмаркет
Р.А. Бендари

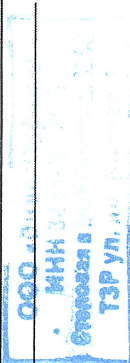


Ежедневное меню

11 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Морковь по-корейски	100	1,30	3,10	7,00	59,00	ТТК №326
Люля-кебаб куриный	100	10,69	4,70	8,34	119,00	ТТК №315
Паста "Орзо" по-восточному	180	18,57	6,55	109,70	581,79	ТТК №837
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	33,26	14,72	149,87	874,13	

Зав. производством





Утверждаю: *В. И. Дендурек*
Директор ООО «Дино-Маркет»

Ежедневное меню

12 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Подгарнировка овощная из свежей капусты и огурца	100	1,48	2,92	5,27	53,38	ТТК №1040
Пельмени "Аппетитные" со сливочным маслом	250	21,75	6,25	77,25	463,75	ТТК №830
Чай черный с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	15,20	60,00	ТТК №810
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	580	25,93	9,47	112,22	648,13	

Зав. производством

