

Согласовано



Утверждаю: ООО Виво Маркет

Тюрина К.В.

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеда) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ г.Волгограда

1 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|-------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Обед | | | | | | | |
| СВЕКЛА С МАСЛОМ | 100 | 1,42 | 5,91 | 8,29 | 91,92 | ТТК №543 | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) | 250 | 7,34 | 9,20 | 18,55 | 186,36 | ТТК №43 | |
| КОТЛЕТА ДОМАШНЯЯ | 100 | 11,48 | 13,49 | 13,56 | 221,57 | ТТК №896 | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 180 | 6,67 | 3,76 | 32,65 | 191,12 | ТТК №129 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ | 200 | 0,01 | 0,00 | 10,71 | 42,81 | ТТК №241 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 70,50 | ТТК №6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ | 40 | 2,37 | 0,47 | 15,48 | 76,44 | ТТК №7 | |
| Итого за прием пищи: | 900 | 31,66 | 33,13 | 113,73 | 880,72 | | |

Зав. производством

Тюрина К.В.

Согласовано



Утверждаю: ООО Виво Маркет
Гюрина К.В.

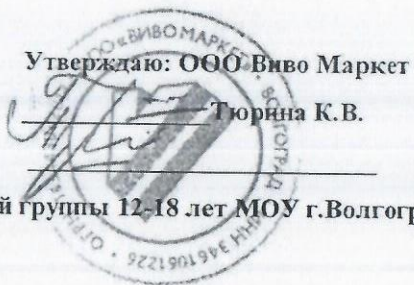
Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеда) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ г.Волгограда

2 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|-----------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Обед | | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 100 | 0,80 | 0,10 | 1,70 | 10,90 | ГТК №4 | |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ | 250 | 3,92 | 9,89 | 13,28 | 157,81 | ГТК №47 | |
| ЖАРКОЕ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ | 200 | 16,13 | 13,71 | 24,67 | 286,59 | ГТК №48 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,10 | 0,03 | 10,67 | 42,57 | ГТК №302 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 60 | 4,74 | 0,60 | 28,98 | 141,00 | ГТК №6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ | 60 | 3,66 | 0,72 | 23,94 | 118,20 | ГТК №7 | |
| ПЕЧЕНЬЕ | 20 | 1,16 | 3,69 | 8,38 | 71,37 | ГТК №473 | |
| Итого за прием пищи: | 890 | 30,51 | 28,74 | 111,62 | 828,44 | | |

Зав. производством Гюрова Т.И.О

Согласовано



Утверждаю: ООО Виво Маркет

Тюринна К.В.

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеда) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ г.Волгограда

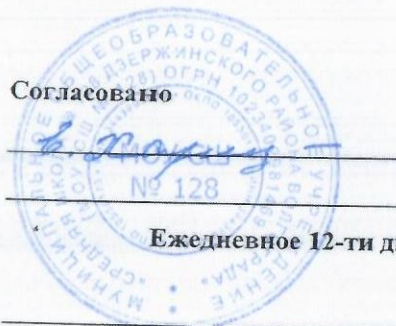
3 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|------------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Обед | | | | | | | |
| КАПУСТА КВАШЕНАЯ С МАСЛОМ | 100 | 1,80 | 6,00 | 1,40 | 66,90 | ТТК №179 | |
| СУП С КРУПОЙ (рисовая) | 250 | 3,31 | 12,30 | 11,06 | 168,18 | ТТК №44 | |
| ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ | 200 | 12,66 | 13,66 | 32,59 | 303,94 | ТТК №468 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 200 | 0,15 | 0,04 | 10,82 | 44,22 | ТТК №301 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 60 | 4,74 | 0,60 | 28,98 | 141,00 | ТТК №6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ | 60 | 3,66 | 0,72 | 23,94 | 118,20 | ТТК №7 | |
| Итого за прием пищи: | 870 | 26,32 | 33,32 | 108,79 | 842,44 | | |

Зав. производством

Сидорова Ю.Ю.

Согласовано



Утверждаю: ООО Виво Маркет
Тюрин К.В.

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеда) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ г. Волгограда

4 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|--------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Обед | | | | | | | |
| СВЕКЛА С МАСЛОМ | 100 | 1,42 | 5,91 | 8,29 | 91,92 | ГТК №543 | |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ | 250 | 2,68 | 6,35 | 13,41 | 121,51 | ГТК №204 | |
| КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ | 100 | 10,89 | 16,76 | 10,63 | 236,92 | ГТК №62 | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 180 | 6,67 | 3,76 | 32,65 | 191,12 | ГТК №129 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ | 200 | 0,01 | 0,00 | 10,71 | 42,81 | ГТК №241 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,16 | 0,40 | 19,32 | 94,00 | ГТК №6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ | 40 | 2,37 | 0,47 | 15,48 | 76,44 | ГТК №7 | |
| Итого за прием пищи: | 910 | 27,20 | 33,65 | 110,49 | 854,72 | | |

Зав. производством

Блюнова Т.Ю.

Согласовано



Утверждено: ООО Виво Маркет
Тюрина К.В.

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеда) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ г.Волгограда

5 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|-----------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Обед | | | | | | | |
| СВЕКЛА ОТВАРНАЯ | 100 | 1,46 | 0,10 | 8,54 | 40,90 | ТТК №5 | |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ | 250 | 3,92 | 9,89 | 13,28 | 157,81 | ТТК №47 | |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 200 | 17,32 | 19,54 | 41,11 | 409,58 | ТТК №67 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,10 | 0,03 | 10,67 | 42,57 | ТТК №302 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,83 | 0,49 | 23,43 | 113,98 | ТТК №6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ | 50 | 2,96 | 0,58 | 19,35 | 95,55 | ТТК №7 | |
| Итого за прием пищи: | 850 | 29,59 | 30,63 | 116,38 | 860,39 | | |

Зав. производством

Тюрова Т.И.

Согласовано



Утверждаю: ООО Виво Маркет

Гюрина К.В.

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеда) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ г.Волгограда

6 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Обед | | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 100 | 0,80 | 0,10 | 1,70 | 10,90 | ТТК №4 | |
| СУП С КРУПОЙ (рисовая) | 250 | 3,31 | 12,30 | 11,06 | 168,18 | ТТК №44 | |
| ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ И КУРИЦЕЙ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 200 | 15,96 | 19,11 | 56,82 | 463,11 | ТТК №564 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 200 | 0,15 | 0,04 | 10,82 | 44,22 | ТТК №301 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,16 | 0,40 | 19,32 | 94,00 | ТТК №6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ | 60 | 3,66 | 0,72 | 23,94 | 118,20 | ТТК №7 | |
| Итого за прием пищи: | 850 | 27,04 | 32,67 | 123,66 | 898,61 | | |

Зав. производством Глодова Т.И.

Согласовано



Утверждаю: ООО Виво Маркет
Тюрина К.В.

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеда) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ г.Волгограда

7 Вариант

| Принем пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|---------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Обед | | | | | | | |
| ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ | 100 | 1,07 | 0,10 | 1,55 | 11,38 | ТТК №27 | |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ | 250 | 1,51 | 11,10 | 10,56 | 148,18 | ТТК №28 | |
| КОТЛЕТА РЫБНАЯ (минтай) | 100 | 11,89 | 10,93 | 14,04 | 202,09 | ТТК №77 | |
| КАША РИСОВАЯ С ОВОЩАМИ | 180 | 4,59 | 5,11 | 45,25 | 245,35 | ТТК №180 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ | 200 | 0,01 | 0,00 | 10,71 | 42,81 | ТТК №241 | |
| СОК/НЕКТАР В АССОРТИМЕНТЕ | 200 | 0,97 | 0,19 | 19,59 | 83,42 | ТТК №343 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,16 | 0,40 | 19,32 | 94,00 | ТТК №6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ | 50 | 2,96 | 0,58 | 19,35 | 95,55 | ТТК №7 | |
| Итого за прием пищи: | 1120 | 26,16 | 28,41 | 140,37 | 922,78 | | |

Зав. производством Тюрилова Т.Ю.

Согласовано



Утверждаю: ООО Виво Маркет

Тюрина К.В.



Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеда) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ г.Волгограда

8 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|--|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Обед | | | | | | | |
| КАПУСТА КВАШЕНАЯ С МАСЛОМ | 100 | 1,80 | 6,00 | 1,40 | 66,90 | ТТК №179 | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 250 | 3,48 | 12,60 | 20,78 | 210,44 | ТТК №46 | |
| ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ | 200 | 12,66 | 13,66 | 32,59 | 303,94 | ТТК №468 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,10 | 0,03 | 10,67 | 42,57 | ТТК №302 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 60 | 4,74 | 0,60 | 28,98 | 141,00 | ТТК №6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ | 60 | 3,66 | 0,72 | 23,94 | 118,20 | ТТК №7 | |
| Итого за прием пищи: | 870 | 26,44 | 33,61 | 118,36 | 883,05 | | |

Зав. производством

Лачова Т.Ю.

Согласовано



Утверждаю: ООО Виво Маркет
Тюрина К.В.

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеда) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ г.Волгограда

9 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|-------------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Обед | | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ | 100 | 0,80 | 0,10 | 1,70 | 10,90 | ТТК №4 | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) | 250 | 7,34 | 9,20 | 18,55 | 186,36 | ТТК №43 | |
| ПЛОВ ИЗ ПИЩИЦЫ | 200 | 17,32 | 19,54 | 41,11 | 409,58 | ТТК №67 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 200 | 0,15 | 0,04 | 10,82 | 44,22 | ТТК №301 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,83 | 0,49 | 23,43 | 113,98 | ТТК №6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 50 | 2,96 | 0,58 | 19,35 | 95,55 | ТТК №7 | |
| Итого за прием пищи: | 850 | 32,40 | 29,95 | 114,96 | 860,59 | | |

Зав. производством

Тюрова Т.Ю

Согласовано



Утверждаю: ООО Виво Маркет

Гюрина К.В.

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеда) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ г.Волгограда

10 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|---------------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Обед | | | | | | | |
| СВЕКЛА ОТВАРНАЯ | 100 | 1,46 | 0,10 | 8,54 | 40,90 | ТТК №5 | |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ | 250 | 3,92 | 9,89 | 13,28 | 157,81 | ТТК №47 | |
| ПЕЛЬМЕНИ ОТВАРНЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 250 | 19,26 | 22,46 | 65,16 | 539,82 | ТТК №116 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ | 200 | 0,01 | 0,00 | 10,71 | 42,81 | ТТК №241 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 47,30 | ТТК №6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ | 30 | 1,78 | 0,35 | 11,61 | 57,33 | ТТК №7 | |
| Итого за прием пищи: | 850 | 28,01 | 33,00 | 118,96 | 885,97 | | |

Зав. производством

Любовь ШКО

Согласовано

Утверждаю: ООО Виво Маркет

Тюрин К.В.

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеда) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ г.Волгограда

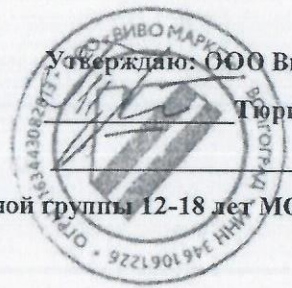
11 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|--------------|---------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Обед | | | | | | | |
| ПОМИДОР СОЛЕНЫЙ | 100 | 1,07 | 0,10 | 1,55 | 11,38 | ТТК №27 | |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ | 250 | 2,68 | 6,35 | 13,41 | 121,51 | ТТК №204 | |
| ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ И КУРИЦЕЙ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 200 | 15,96 | 19,11 | 56,82 | 463,11 | ТТК №564 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,10 | 0,03 | 10,67 | 42,57 | ТТК №302 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,83 | 0,49 | 23,43 | 113,98 | ТТК №6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ | 60 | 3,66 | 0,72 | 23,94 | 118,20 | ТТК №7 | |
| ПЕЧЕНЬЕ | 20 | 1,16 | 3,69 | 8,38 | 71,37 | ТТК №473 | |
| Итого за прием пищи: | 880 | 28,46 | 30,49 | 138,20 | 942,12 | | |

Зав. производством

Гладов С.И.О.

Согласовано



Утверждаю: ООО Виво Маркет
Тюрина К.В.

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеда) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ г.Волгограда

12 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|--|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Обед | | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 100 | 0,80 | 0,10 | 1,70 | 10,90 | ТТК №4 | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 250 | 3,48 | 12,60 | 20,78 | 210,44 | ТТК №46 | |
| РАГУ ИЗ ПТИЦЫ | 200 | 13,83 | 15,70 | 26,10 | 301,02 | ТТК №71 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 200 | 0,15 | 0,04 | 10,82 | 44,22 | ТТК №301 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 60 | 4,74 | 0,60 | 28,98 | 141,00 | ТТК №6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ | 60 | 3,66 | 0,72 | 23,94 | 118,20 | ТТК №7 | |
| Итого за прием пищи: | 870 | 26,66 | 29,76 | 112,32 | 825,78 | | |

Зав. производством Блоковс ЮЮ