



Утверждаю: ООО «Виво Маркет»

Тюркина К.В.

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

12.11.2025

3 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда     | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>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

