



Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеда) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ г.Волгограда

16.01.2016

5 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда    | Масса порции | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|-----------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                   |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |             |                  |
| Обед                              |              |                  |              |               |                               |             |                  |
| СВЕКЛА ОТВАРНАЯ                   | 60           | 0,87             | 0,06         | 5,12          | 24,44                         | ТТК №5      |                  |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ | 200          | 2,55             | 7,92         | 10,45         | 123,28                        | ТТК №47     |                  |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                     | 150          | 13,00            | 14,64        | 31,57         | 310,04                        | 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      |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>       | <b>710</b>   | <b>23,31</b>     | <b>23,72</b> | <b>100,59</b> | <b>709,86</b>                 |             |                  |

Зав. производством

ООО «Виво-Маркет»  
 ИНН 3461061226  
 Буфет в МОУ СШ №34  
 КРО пр-кт им. В.И. Ленина, 69

Согласовано  
**Директор МОУ СШ №34**  
 для документов  
 Д.В. Пиков  
 16.01.2016

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 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      |                  |
| 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       |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>       | <b>850</b>   | <b>29,59</b>     | <b>30,63</b> | <b>116,38</b> | <b>860,39</b>                 |              |                  |

Зав. производством \_\_\_\_\_

ООО «Виво-Маркет»  
 ИНН 3461061226  
 Буфет в МОУ СШ №34  
 КРО пр-кт им. В.И. Ленина, 69