

Согласовано

Ковалев Р.С.

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



1 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
		Завтрак			
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ	250	5,45	5,53	34,13	208,09
БЛИНЧИКИ С МОЛОКОМ ЦЕЛЬНЫМ СГУЩЕННЫМ С САХАРОМ	90	8,49	12,39	30,41	267,11
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,03	10,67	42,57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,16	0,40	19,32	94,00
Итого за прием пищи:	580	17,20	18,35	94,53	611,77
Ответственное лицо					

Ответственное лицо

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7. ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

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



2 Вариант

2 Вариант					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КОФЕТА ДОМАШНЯЯ	100	11,48	13,49	13,56	221,57
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200	7,42	4,02	38,16	218,50
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,15	0,04	10,82	44,22
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,83	0,49	23,43	113,98
Итого за прием пищи:	550	22,88	18,04	85,97	598,27
Ответственное лицо _____					

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

Утверждаю: ООО Виво Маркет
Ковалев Р.С.

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

3 Вариант

3 Вариант					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ					
ПЛОД ИЗ ПТИЦЫ	100	0,78	0,10	1,66	12,65
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ	200	17,32	19,54	41,11	409,58
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,01	0,00	10,71	42,81
	50	3,83	0,49	23,43	113,98
Итого за прием пищи:	550	21,96	20,13	76,95	577,27
Ответственное лицо					

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

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



Утверждено: ООО Виво Маркет

Ковалев Р.С.

4 Вариант

4 Вариант					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	250	11,70	14,27	39,17	
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	180	0,70	0,70	17,11	331,91
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,03	10,67	82,06
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,83	0,49	23,43	42,57
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,16	3,69	8,38	113,98
Итого за прием пищи:	700	17,49	19,18	98,76	71,37
Ответственное лицо					641,89

Ответственное лицо

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

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



5 Вариант	
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции
	Белки, г
Завтрак	
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	Жиры, г
ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ	Углеводы, г
ОМЛЕТ	Энергетическая ценность, ккал
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	100
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1,46
Итого за прием пищи:	0,10
610	8,54
23,22	40,90
21,80	303,94
76,41	92,19
595,23	44,22
	113,98
	23,43
	76,41
	595,23
Ответственное лицо	

* Согласно СанПин 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

Утверждаю: ООО Виво Маркет

Ковалев Р.С.

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



6 Вариант					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ПОМИДОР СВЕЖИЙ					
ПШОВ ИЗ ПТИЦЫ	100	1,07	0,00	2,33	13,58
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ	200	17,32	19,54	41,11	409,58
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,01	0,00	10,71	42,81
	50	3,83	0,49	23,43	113,98
Итого за прием пищи:	550	22,23	20,13	76,80	577,75
Ответственное лицо					

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

Утверждено: ООО Виво Маркет

Ковалев Р.С.

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



7 Вариант

		7 Вариант			
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	10,89	16,76	10,63	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,67	3,76	32,65	236,92
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,03	10,67	191,12
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,36	0,68	32,80	42,57
Итого за прием пищи:	550	23,02	21,23	86,75	159,57
Ответственное лицо	630,18				

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7. ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп Детей с указанием наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

Утверждено: ООО Виво Маркет

Ковалев Р.С.

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



8 Вариант

8 Вариант						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ С ТВОРОГОМ	250	8,55	10,59	37,86	280,95	
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35/10/5	5,13	6,93	16,98	151,70	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,15	0,04	10,82	44,22	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,83	0,49	23,43	113,98	
Итого за прием пищи:	550	17,66	18,05	89,09	590,85	
Ответственное лицо						

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

Утверждено: ООО Виво Маркет
Ковалев Р.С.

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

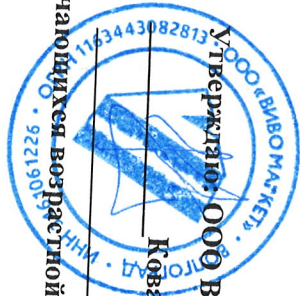


9 Вариант						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	1,07	0,00	2,33	11,38	
ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200	14,46	17,78	53,47	431,74	
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ	200	0,01	0,00	10,71	42,81	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,83	0,49	23,43	113,98	
Итого за прием пищи:	550	19,37	18,37	89,16	599,91	
Ответственное лицо _____						

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

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



10 Вариант

10 Вариант					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КОТЛЕТА РЫБНАЯ (минтай)	100	11,89	10,93	14,04	202,09
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,67	3,76	32,65	191,12
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,03	10,67	42,57
СОК/НЕКТАР В АССОРТИМЕНТЕ	200	0,97	0,19	19,59	83,42
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,66	47,30
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,16	3,69	8,38	71,37
Итого за прием пищи:	720	22,37	18,80	94,99	637,87
Ответственное лицо _____					

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано



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

11 Вариант					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖКА С МАСЛОМ	250	5,45	5,53	34,13	208,09
БЛИНЧИКИ С МОЛОКОМ ЦЕЛЬНЫМ С УЩЕНЫМ С САХАРОМ	90	8,49	12,39	30,41	267,11
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,15	0,04	10,82	44,22
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,83	0,49	23,43	113,98
Итого за прием пищи:	590	17,92	18,45	98,79	633,40
Ответственное лицо					

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

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



12 Вариант					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	1,07	0,00	2,33	13,58
ПЕЛЬМЕНИ ОТВАРНЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	250	19,26	22,46	65,16	539,82
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ	200	0,01	0,00	10,71	42,81
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,16	0,40	19,32	94,00
Итого за прием пищи:	590	23,50	22,96	96,74	688,01
Ответственное лицо					

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп Детей с указанием наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.