



Утверждаю: Директор МУП "Сельхозрынок"
В.А. Бендарица

Ежедневное меню

I Вариант

I вариант		Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
Прием пищи, наименование блюда			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Ланч						
Овощная поджаренная из свежих овощей		100	1,66	3,00	6,53	60,18
Отбивная из куриного филе с овощами и сыром		90	18,27	20,16	0,90	258,30
Картофель по-деревенски с паприкой		150	4,35	4,77	14,94	121,67
Чай черный с сахаром и лимоном		200	0,30	0,00	15,20	60,00
Хлеб пшеничный		30	2,40	0,30	14,50	71,00
Итого за прием пищи:		570	26,98	28,23	52,07	571,15
Ответственное лицо						

Ответственное лицо Бендарица В.А.



Утверждаю
И.А. Бондаренко

Ежедневное меню

2 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
		Ланч			
Морковь по-хорейски	100	1,30	3,10	7,00	59,00
Биточки "Митлофф с помидором и сыром"	100	12,46	13,20	9,15	207,00
Булгур с овощами	150	4,10	3,90	19,70	145,00
Чай черный со смородиной	200	0,26	0,06	9,41	39,02
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00
Итого за прием пищи:	580	20,52	20,56	59,76	521,02

Ответственное лицо Бондаренко И.А.



3. Вариант

Прием пищи, наименование блюда		Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Ланч			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Подгарили овощная из свежей капусты и огурца		100	1,48	2,92	5,27	53,38
Запеканка "Куричка по-деревенски"		250	15,10	18,29	36,70	350,12
Чай черный с яблоком		200	0,25	0,10	10,22	42,98
Хлеб пшеничный		30	2,40	0,30	14,50	71,00
Итого за прием пищи:		580	19,23	21,61	66,69	517,48
Ответственное лицо <i>Савельева Л.</i>						

* Согласно СанПин 2.3/2.4.2882-26 раздел VIII пункт 7: «вводное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования блюда, массы порции, калорийности пищи».



Ежедневное меню

Прием пищи, наименование блюда		Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Ланч						
Овощная поджаренная из свежих овощей		100	1,66	3,00	6,53	60,18
Куриная отбивная "Солнечная"		100	15,10	8,11	18,25	241,10
Паста "Орзо" по-восточному		180	18,57	6,55	109,70	581,79
Чай черный с вишней		200	0,30	0,07	10,33	43,34
Хлеб пшеничный		30	2,40	0,30	14,50	71,00
Итого за прием пищи:		610	38,03	18,03	159,31	997,41
Ответственное лицо						



Утверждено
В.Н. Бондарева

Ежедневное меню

5 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
		Ланч			
Морковь по-корейски	100	1,30	3,10	7,00	59,00
Люля-кебаб куриный	100	10,69	4,70	8,34	119,00
Картофельное пюре по-домашнему	180	3,79	5,20	27,40	173,00
Чай черный с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	15,20	60,00
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00
Итого за прием пищи:	610	18,48	13,3	72,44	482,00
Ответственное лицо <i>Светлана Д</i>					



Утверждаю
Директор МУГЭМЦР-13
В.А. Бондаренко

Ежедневное меню

6 Вариант

6 Вариант					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Ланч					
Поджаренная овощная из свежей капусты и огурца	100	1,48	2,92	5,27	53,38
Куриная отбивная в сырной заливке	100	13,10	11,10	12,50	202,10
Макароны по-волгоградски	180	18,44	4,12	126,00	628,74
Чай черный со смородиной	200	0,26	0,06	9,41	39,02
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00
Итого за прием пищи:	610	35,68	18,5	167,68	994,24
Отчетственное лицо: <i>И. С. С.</i>					

Ответственное лицо Гришба Л.А.



Утверждено
 Р.А. Векерова

Ежедневное меню

7 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Ланч			
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Овощная подгарнировка из свежих овощей	100	1,66	3,00	6,53	60,18
Отбивная из куриного филе с овощами и сыром	90	18,27	20,16	0,90	258,30
Картофельное пюре по-домашнему	180	3,79	5,20	27,40	173,00
Чай черный с яблоком	200	0,25	0,10	10,22	42,98
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00
Итого за прием пищи:	600	26,37	28,76	59,55	605,46
Ответственное лицо <i>Савилов</i>					



Утверждаю: *В.А. Бондаренко*

Ежедневное меню

8 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Данч			
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Морковь по-корейски	100	1,30	3,10	7,00	59,00
Итальянская паста Орзо с филе куриным	260	35,19	14,16	110,70	722,96
Чай черный с ванилей	200	0,30	0,07	10,33	43,34
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00
Итого за прием пищи:	590	39,19	17,63	142,53	896,30
Ответственное лицо <i>Бондаренко В.А.</i>					



Утверждаю: *И.И. Бондарева*
 И.И. Бондарева

Ежедневное меню

9 Вариант

9 Вариант					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Ланч					
Поджаренная овощная из свежей капусты и огурца	100	1,48	2,92	5,27	53,38
Биточки "Митлофф с помидором и сыром"	100	12,46	13,20	9,15	207,00
Кус-кус с овощами	150	4,97	3,87	29,16	180,00
Чай черный с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	15,20	60,00
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00
Итого за прием пищи:	580	21,61	20,29	73,28	571,38
Ответственное лицо	Бондарева И.И.				



Утверждаю: В.Н. Бондарева
 В.Н. Бондарева

Ежедневное меню

10 Вариант

10 Вариант					
Прим пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Ланч					
Овощная подгарирувка из свежих овощей	100	1,66	3,00	6,53	60,18
Куриная отбивная "Солнечная"	100	15,10	8,11	18,25	241,10
Картофель по-деревенски с паприкой	150	4,35	4,77	14,94	121,67
Чай черный с яблоком	200	0,25	0,10	10,22	42,98
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00
Итого за прием пищи:	580	23,76	16,28	64,44	536,93
Ответственное лицо <u>Бондарева В.Н.</u>					



Утверждено: Директор ФНЦ ФБС
С.А. Воробьев

Ежедневное меню

II вариант

11 Вариант					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Ланч			
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Морковь по-корейски	100	1,30	3,10	7,00	59,00
Льля-кебаб куриный	100	10,69	4,70	8,34	119,00
Паста "Орзо" по-восточному	180	18,57	6,55	109,70	581,79
Чай черный с вишней	200	0,30	0,07	10,33	43,34
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00
Итого за прием пищи:	610	33,26	14,72	149,87	874,13
Ответственное лицо <u>С.А. Воробьев</u>					



Утверждаю *Виктор М.В. Гиняров*
В.В. Гиняров

Ежедневное меню

12 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	12 Вариант			Энергетическая ценность, ккал
		Пищевые вещества			
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Ланч					
Поджаренная овощная из свежей капусты и огурца	100	1,48	2,92	5,27	53,38
Пельмени "Аппетитные" со сливочным маслом	250	21,75	6,25	77,25	463,75
Чай черный с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	15,20	60,00
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00
Итого за прием пищи:	580	25,93	9,47	112,22	648,13

Ответственное лицо *Борисов А.А.*