Согласовано

МОУ СШ №78

Утверждаю: ООО Виво Маркет

Ковалев Р.С.

**Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеды) 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 | |
| **Обед** | | | | | |
| СВЕКЛА С МАСЛОМ | 100 | 1,42 | 5,91 | 8,29 | 91,92 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) | 250 | 7,34 | 9,20 | 18,55 | 186,36 |
| КОТЛЕТА ДОМАШНЯЯ | 100 | 11,48 | 13,49 | 13,56 | 221,57 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 180 | 6,67 | 3,76 | 32,65 | 191,12 |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ | 200 | 0,01 | 0,00 | 10,71 | 42,81 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 70,50 |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ | 40 | 2,37 | 0,47 | 15,48 | 76,44 |
| **Итого за прием пищи:** | **900** | **31,66** | **33,13** | **113,73** | **880,72** |

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 приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

Утверждаю: ООО Вино Маркет

Ковалев Р.С.

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

**2 Вариант**

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|---|---|---|---|---|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| **Обед** | | | | | |
| ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ | 100 | 0,80 | 0,10 | 1,70 | 10,90 |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ | 250 | 3,92 | 9,89 | 13,28 | 157,81 |
| ЖАРКОЕ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ | 200 | 16,13 | 13,71 | 24,67 | 286,59 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,10 | 0,03 | 10,67 | 42,57 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 60 | 4,74 | 0,60 | 28,98 | 141,00 |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ | 60 | 3,66 | 0,72 | 23,94 | 118,20 |
| ПЕЧЕНЬЕ | 20 | 1,16 | 3,69 | 8,38 | 71,37 |
| **Итого за прием пищи:** | **890** | **30,51** | **28,74** | **111,62** | **828,44** |

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 приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

СШ №78

Утверждаю: ООО Вайво Маркет

Ковалев Р.С.

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

**3 Вариант**

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|---|---|---|---|---|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| **Обед** | | | | | |
| КАПУСТА КВАШЕНАЯ С МАСЛОМ | 100 | 1,80 | 6,00 | 1,40 | 66,90 |
| СУП С КРУПОЙ (рисовая) | 250 | 3,31 | 12,30 | 11,06 | 168,18 |
| ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ | 200 | 12,66 | 13,66 | 32,59 | 303,94 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 200 | 0,15 | 0,04 | 10,82 | 44,22 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 60 | 4,74 | 0,60 | 28,98 | 141,00 |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ | 60 | 3,66 | 0,72 | 23,94 | 118,20 |
| **Итого за прием пищи:** | **870** | **26,32** | **33,32** | **108,79** | **842,44** |

Ответственное лицо

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основано (

Согласовано

Директор МОУ СШ №

Утверждаю: ООО Виво Маркет

Ковалев Р.С.

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

4 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|---|---|---|---|---|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| **Обед** | | | | | |
| СВЕКЛА С МАСЛОМ | 100 | 1,42 | 5,91 | 8,29 | 91,92 |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ | 250 | 2,68 | 6,35 | 13,41 | 121,51 |
| КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ | 100 | 10,89 | 16,76 | 10,63 | 236,92 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 180 | 6,67 | 3,76 | 32,65 | 191,12 |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ | 200 | 0,01 | 0,00 | 10,71 | 42,81 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,16 | 0,40 | 19,32 | 94,00 |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ | 40 | 2,37 | 0,47 | 15,48 | 76,44 |
| **Итого за прием пищи:** | **910** | **27,20** | **33,65** | **110,49** | **854,72** |

Ответственное лицо

...ей сети для всех возрастных групп детей с указанием наименования приёма пищи, наименования блюда, мас

Согласовано

МОУ СШ №78

Утверждаю: ООО Виво Маркет

Ковалев Р.С.

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

5 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|---|---|---|---|---|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| **Обед** | | | | | |
| СВЕКЛА ОТВАРНАЯ | 100 | 1,46 | 0,10 | 8,54 | 40,90 |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ | 250 | 3,92 | 9,89 | 13,28 | 157,81 |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 200 | 17,32 | 19,54 | 41,11 | 409,58 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,10 | 0,03 | 10,67 | 42,57 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,83 | 0,49 | 23,43 | 113,98 |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ | 50 | 2,96 | 0,58 | 19,35 | 95,55 |
| **Итого за прием пищи:** | **850** | **29,59** | **30,63** | **116,38** | **860,39** |

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 приёма пищи, наименования блюда, м
калорийности порции.

Согласовано

Утверждаю: ООО Виво Маркет

Ковалев Р.С.

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

**7 Вариант**

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|---|---|---|---|---|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| **Обед** | | | | | |
| ПОМИДОР СОЛЕНЫЙ | 100 | 1,07 | 0,10 | 1,55 | 11,38 |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ | 250 | 1,51 | 11,10 | 10,56 | 148,18 |
| КОТЛЕТА РЫБНАЯ (минтай) | 100 | 11,89 | 10,93 | 14,04 | 202,09 |
| КАША РИСОВАЯ С ОВОЩАМИ | 180 | 4,59 | 5,11 | 45,25 | 245,35 |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ | 200 | 0,01 | 0,00 | 10,71 | 42,81 |
| СОК/НЕКТАР В АССОРТИМЕНТЕ | 200 | 0,97 | 0,19 | 19,59 | 83,42 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,16 | 0,40 | 19,32 | 94,00 |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ | 50 | 2,96 | 0,58 | 19,35 | 95,55 |
| **Итого за прием пищи:** | **1120** | **26,16** | **28,41** | **140,37** | **922,78** |

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 приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

Директор МБОУ СШ № 78

Утверждаю: ООО Виво Маркет

Ковалев Р.С.

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

**8 Вариант**

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|---|---|---|---|---|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| **Обед** | | | | | |
| КАПУСТА КВАШЕНАЯ С МАСЛОМ | 100 | 1,80 | 6,00 | 1,40 | 66,90 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 250 | 3,48 | 12,60 | 20,78 | 210,44 |
| ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ | 200 | 12,66 | 13,66 | 32,59 | 303,94 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,10 | 0,03 | 10,67 | 42,57 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 60 | 4,74 | 0,60 | 28,98 | 141,00 |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ | 60 | 3,66 | 0,72 | 23,94 | 118,20 |
| **Итого за прием пищи:** | **870** | **26,44** | **33,61** | **118,36** | **883,05** |

Ответственное лицо Соломонова

* 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 приёма пищи, наименов
калорийности порции.

**Согласовано**

МОУ СШ №78

**Утверждаю: ООО Виво Маркет**

**Ковалев Р.С.**

**Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеды) 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 | |
| **Обед** | | | | | |
| ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ | 100 | 0,80 | 0,10 | 1,70 | 10,90 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) | 250 | 7,34 | 9,20 | 18,55 | 186,36 |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 200 | 17,32 | 19,54 | 41,11 | 409,58 |
| 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 |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ | 50 | 2,96 | 0,58 | 19,35 | 95,55 |
| **Итого за прием пищи:** | **850** | **32,40** | **29,95** | **114,96** | **860,59** |

Ответственное лицо

**Согласовано**

МОУ СШ №78

**Утверждаю: ООО Виво Маркет**

**Ковалев Р.С.**

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

**10 Вариант**

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|---|---|---|---|---|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| **Обед** | | | | | |
| СВЕКЛА ОТВАРНАЯ | 100 | 1,46 | 0,10 | 8,54 | 40,90 |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ | 250 | 3,92 | 9,89 | 13,28 | 157,81 |
| 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 | 20 | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 47,30 |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ | 30 | 1,78 | 0,35 | 11,61 | 57,33 |
| **Итого за прием пищи:** | **850** | **28,01** | **33,00** | **118,96** | **885,97** |

Ответственное лицо Соломатина

* 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 приёма пищи, наименования

Согласовано
МОУ СШ №78

Утверждаю: ООО Виво Маркет
Ковалев Р.С.

**Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеды) 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 | |
| **Обед** | | | | | |
| ПОМИДОР СОЛЕНЫЙ | 100 | 1,07 | 0,10 | 1,55 | 11,38 |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ | 250 | 2,68 | 6,35 | 13,41 | 121,51 |
| ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ И КУРИЦЕЙ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 200 | 15,96 | 19,11 | 56,82 | 463,11 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,10 | 0,03 | 10,67 | 42,57 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,83 | 0,49 | 23,43 | 113,98 |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ | 60 | 3,66 | 0,72 | 23,94 | 118,20 |
| ПЕЧЕНЬЕ | 20 | 1,16 | 3,69 | 8,38 | 71,37 |
| **Итого за прием пищи:** | **880** | **28,46** | **30,49** | **138,20** | **942,12** |

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 приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.