



Утверждаю: Директор ООО "Вино Маркет"
Ковалев Р. С.

Ежедневное меню дополнительного питания "Бодрое утро"

Вариант 1

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
1	Картофельные оладьи "Бини" с курицей и соусом	150/30	9,6	4,8	39,2	268,1	ТТК № 1397
2	Чай черный со смородиной	200	0,26	0,06	9,41	39,02	ТТК № 548
Итого за прием пищи:		380	9,86	4,86	48,61	307,12	

Зав. производством _____

Ежедневное меню дополнительное питание "Бодрое утро"

Вариант 2



№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
1	Блинчики с джемом фруктовым (абрикосовый)	140	6,48	14,40	48,76	350,52	ТТК №387
2	Чай черный с вишней	200	0,30	0,00	15,20	60,00	ТТК № 549
Итого за прием пищи:		340	6,78	14,40	63,96	410,52	

Зав. производством _____

Ежедневное меню дополнительного питания "Бодрое утро"

Вариант 3



Утверждаю: Директор ООО "Вино Маркет"
Ковалев Р. С.

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
1	Мини-запеканка "Классическая"	140	16,1	5,6	32,2	244	ТТК № 1392
2	Чай черный с яблоком	200	0,25	0,10	10,22	42,98	ТТК № 547
Итого за прием пищи:		340	16,35	5,70	42,42	286,98	

Зав. производством _____

Утверждено: Директор ООО "Вино Маркет"
Ковалев Р. С.



Ежедневное меню дополнительного питания "Бодрое утро"

Вариант 4

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
1	Оладьи с молоком цельным стученным	170	6,48	14,4	48,76	350,52	ТТК № 1393
2	Чай черный со смородиной	200	0,26	0,06	9,41	39,02	ТТК № 548
Итого за прием пищи:		370	6,74	14,46	58,17	389,54	

Зав. производством _____

Ежедневное меню дополнительного питания "Бодрое утро"
 Вариант 5



№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	чекка	
1	Картофельные оладьи "Дини" с овощами и соусом	150/30	6	3,9	39,8	243,1	ТТК № 1398
2	Чай черный с выпечкой	200	0,30	0,07	10,33	43,34	ТТК №549
Итого за прием пищи:		200	6,30	3,97	50,13	286,44	

Зав. производством _____

Ежедневное меню дополнительного питания "Бодрое утро"

Вариант 6



№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
1	Сырники с джемом фруктовым (вишневый)	150	5,2	11,2	57,2	235	ТТК №25/1
2	Чай черный с яблоком	200	0,25	0,10	10,22	42,98	ТТК № 547
Итого за прием пищи:		380	5,45	11,30	67,42	277,98	

Зав. производством _____