

Ежедневное меню дополнительно питание Большая перемена

1 Вариант



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

| Прием пищи, наименование блюда         | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, | № рецептуры |
|----------------------------------------|--------------|------------------|-------------|--------------|--------------------------|-------------|
|                                        |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                          |             |
| Овощная подгариновка из свежей капусты | 100          | 1,51             | 4,94        | 9,11         | 87,81                    | ТТК № 1401  |
| Чай черный со смородиной               | 200          | 0,26             | 0,06        | 9,41         | 39,02                    | ТТК №548    |
| Биточки "Митлофф с помидором и сыром"  | 100          | 12,46            | 13,20       | 9,15         | 207,00                   | ТТК №314    |
| Булгур с овощами                       | 150          | 4,10             | 3,90        | 19,70        | 145,00                   | ТТК №316    |
| Хлеб пшеничный                         | 30           | 2,40             | 0,30        | 14,50        | 71,00                    | ТТК №6      |
| <b>Итого за прием пищи:</b>            | <b>580</b>   | <b>20,73</b>     | <b>22,4</b> | <b>61,87</b> | <b>549,83</b>            |             |

Зав. производством \_\_\_\_\_

Ежедневное меню дополнительно питание Большая перемена

2 Вариант



| Прием пищи, наименование блюда                  | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------|-------------|
|                                                 |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                         |             |
| Подгариновка овощная из свежей капусты и огурца | 100          | 1,48             | 2,92    | 5,27        | 53,38                   | ТТК №1040   |
| Ватрушка мясная с сыром                         | 100          | 20,30            | 22,40   | 1,00        | 287,00                  | ТТК №1394   |
| Картофельное пюре по-домашнему                  | 180          | 3,79             | 5,20    | 27,40       | 173,00                  | ТТК №333    |
| Чай черный с вишней                             | 200          | 0,30             | 0,07    | 10,33       | 43,34                   | ТТК №549    |
| Хлеб пшеничный                                  | 30           | 2,40             | 0,30    | 14,50       | 71,00                   | ТТК №6      |
| Итого за прием пищи:                            | 610          | 28,27            | 30,89   | 58,5        | 627,72                  |             |

Зав. производством \_\_\_\_\_

Ежедневное меню дополнительно питание Большая перемена

3 Вариант



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

| Прием пищи, наименование блюда         | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|----------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------|-------------|
|                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                         |             |
| Овощная подгарнировка из свежих овощей | 100          | 1,66             | 3,00    | 6,53        | 60,18                   | ТТК №1041   |
| Паста "Болоньезе"                      | 250          | 25,73            | 16,29   | 119,32      | 739,95                  | ТТК № 37/1  |
| Чай черный с яблоком                   | 200          | 0,25             | 0,10    | 10,22       | 42,98                   | ТТК №547    |
| Хлеб пшеничный                         | 30           | 2,40             | 0,30    | 14,50       | 71,00                   | ТТК №6      |
| Итого за прием пищи:                   | 580          | 30,04            | 19,69   | 150,57      | 914,11                  |             |

Зав. производством \_\_\_\_\_



Ежедневное меню дополнительно питание Большая перемена

4 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда          | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, | № рецептуры |
|-----------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|--------------------------|-------------|
|                                         |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                          |             |
| Овощная подгарнировка из свежей капусты | 100          | 1,51             | 4,94    | 9,11        | 87,81                    | ТТК № 1401  |
| Людя-кебаб куриный                      | 100          | 10,69            | 4,70    | 8,34        | 119,00                   | ТТК №315    |
| Картофель по-деревенски с паприкой      | 150          | 4,35             | 4,77    | 14,94       | 121,67                   | ТТК №311    |
| Чай черный со смородиной                | 200          | 0,26             | 0,06    | 9,41        | 39,02                    | ТТК №548    |
| Хлеб пшеничный                          | 30           | 2,40             | 0,30    | 14,50       | 71,00                    | ТТК №6      |
| Итого за прием пищи:                    | 580          | 19,21            | 14,77   | 56,30       | 438,50                   |             |

Зав. производством \_\_\_\_\_

Ежедневное меню дополнительно питание Больших перемена

5 Вариант



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

| Прием пищи, наименование блюда                  | Масса порции | Пищевые вещества |           |              | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------------------------------|--------------|------------------|-----------|--------------|-------------------------|-------------|
|                                                 |              | Белки, г         | Жиры, г   | Углеводы, г  |                         |             |
| Подарнировка овощная из свежей капусты и огурца | 100          | 1,48             | 2,92      | 5,27         | 53,38                   | ТТК №1040   |
| Отбивная из куриного филе с овощами и сыром     | 100          | 18,27            | 20,16     | 0,90         | 258,30                  | ТТК №120    |
| Паста "Орзо" по-восточному                      | 180          | 18,57            | 6,55      | 109,70       | 581,79                  | ТТК №837    |
| Чай черный с вишней                             | 200          | 0,30             | 0,07      | 10,33        | 43,34                   | ТТК №549    |
| Хлеб пшеничный                                  | 30           | 2,40             | 0,30      | 14,50        | 71,00                   | ТТК №6      |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                     | <b>610</b>   | <b>41,02</b>     | <b>30</b> | <b>140,7</b> | <b>1 007,81</b>         |             |

Зав. производством \_\_\_\_\_

Ежедневное меню дополнительно питание Большая перемена

6 Вариант



| Прием пищи, наименование блюда             | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, | № рецептуры |
|--------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|--------------------------|-------------|
|                                            |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                          |             |
| Овощная подгарнировка из свежих овощей     | 100          | 1,66             | 3,00    | 6,53        | 60,18                    | ТТК №1041   |
| Пельмени "Калейдоскоп" со сливочным маслом | 250          | 21,75            | 6,25    | 77,25       | 463,75                   | ТТК №1391   |
| Чай черный с яблоком                       | 200          | 0,25             | 0,10    | 10,22       | 42,98                    | ТТК №547    |
| Хлеб пшеничный                             | 30           | 2,40             | 0,30    | 14,50       | 71,00                    | ТТК №6      |
| Итого за прием пищи:                       | 580          | 26,06            | 9,65    | 108,5       | 637,91                   |             |

Зав. производством \_\_\_\_\_