

Составлено
 Директор МОУ им. 13
 Марш. М.А. Захарова
 26.08.2016 г.

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

Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (по.длинки) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгограда

1 Вариант

1 Вариант						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
СЛАДКАЯ БУЛОЧКА	100					Сборник рецептур или ТТК
	200					Сборник рецептур или ТТК
	300	7,94	10,09	84,62	458,41	
Итого за прием пищи:						
2 Вариант						

2 Вариант

2 Вариант						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ПРОДОЖ ПЕЧЕНЬИЙ С КАРТОФЕЛЕМ	100					Сборник рецептур или ТТК
	200					Сборник рецептур или ТТК
	300	9,41	6,80	73,20	391,10	
Итого за прием пищи:						

3 Вариант

3 Вариант							
Итого за прием пищи:	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник							
Итого за прием пищи:	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С ВИШНЕЙ КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблок)	100					Сборник рецептур или ТТК
		200					Сборник рецептур или ТТК
		300	6,66	6,60	89,48	445,36	

Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения беспитательным питанием (полдники) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгограда

4 Вариант

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ПЛЮШКА МОСКОВСКАЯ	100					Сборник рецептов или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	300	7,94	10,09	84,60	458,41	

5 Вариант

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ПШОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	100					Сборник рецептов или ГТК
КОФЕЙНЫЙ НАНШТОК НА МОЛОКЕ	200					Сборник рецептов или ГТК
Итого за прием пищи:	300	9,41	6,80	73,20	391,10	

6 Вариант

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ПРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С ВЫПШЕЙ КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблок)	100					Сборник рецептов или ГТК
	200					Сборник рецептов или ГТК
	300	6,66	6,60	89,48	445,36	
Итого за прием пищи:						

Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (полдники) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгограда

7 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
СТАДКАЯ БУЛОЧКА	100					Сборник рецептов или ТТК
	200					Сборник рецептов или ТТК
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	300	7,94	10,09	84,62	458,41
Итого за прием пищи:						

8 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ПШОЖОК ПЕЧЕНЬ С КАРТОФЕЛЕМ	100					Сборник рецептов или ТТК
	200					Сборник рецептов или ТТК
	300	7,61	5,60	74,70	380,20	
Итого за прием пищи:						

9 Вариант

7 вариант						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Техно. документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ПЕШОЧКА МОСКОВСКАЯ КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	100					Сборник рецептов или ТТК
	200					Сборник рецептов или ТТК
	300	10,14	11,39	82,30	471,61	
Итого за прием пищи:						

Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (полдники) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгограда

10 Вариант

Примем пищу, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С ВИШНЕЙ	100					Сборник рецептов или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	300	6,56	6,40	90,18	442,96	

11 Вариант

II вариант						
Пример пищи, наименование б. пода	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЬИЙ С КАРТОФЕЛЕМ	100					Сборник рецептов или ТТК
	200					Сборник рецептов или ТТК
КОМПЮГ ИЗ ИЗЮМА	300	7,61	5,60	74,70	380,20	
Итого за прием пищи:						

12 Вариант

12 вариант						
Прим. пищи, наименование б.пола	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ПЛОШКА МОСКОВСКАЯ КОФЕЙНЫЙ НАШТОК НА МОЛОКЕ Итого за прием пищи:	100					Сборник рецептов или ТТК
	200					Сборник рецептов или ТТК
	300	10,14	11,39	82,30		471,61

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого					ккал
	б	ж	уг		
Итого за период	98,02	97,45	983,38		5 194,73
Среднее значение за период	8,17	8,12	81,95		432,89
Соотношение пищевых веществ	1	1	4		