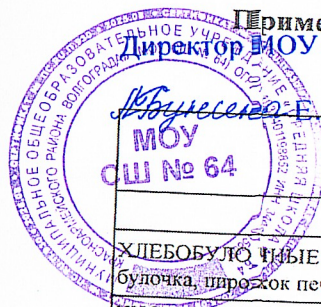




Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (полдники) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгограда

Директор МОУ СШ № 64
Ковалев Р.С.
17.08.26г.

17.08.26г. Ковалев Р.С.



17.08.26г.		Ков				
1 Вариант						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ (пирожок печёный с картофелем, сладкая булочка, пирожок печеный с вишней, плюшка московская и т.д.)	100					Сборник рецептов или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	300	7,94	10,09	84,62	458,41	
2 Вариант						

2 Вариант							84,62	458,41
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Полдник								
ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ (пирожок печёный с картофелем, сладкая булочка, пирожок печеный с вишней, плюшка московская и т.д.)	100					Сборник рецептов или ТТК		
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200							
Итого за прием пищи:	300	9,41	6,80	73,20	391,10	Сборник рецептов или ТТК		
3 Вариант								

3 Вариант							391,10
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Полдник							
ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ (пирожок печёный с картофелем, сладкая булочка, пирожок печеный с вишней, плюшка московская и т.д.)	100					Сборник рецептов или ТТК	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблок)	200						
Итого за прием пищи:	300	6,66	6,60	89,48	445,36	Сборник рецептов или ТТК	
4 Вариант							

4 Вариант							67,46	445,36
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Полдник								
ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ (пирожок печёный с картофелем, сладкая булочка, пирожок печеный с вишней, плюшка московская и т.д.)	100					Сборник рецептов или ТТК		
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200							
Итого за прием пищи:	300	7,94	10,09	84,60	458,41	Сборник рецептов или ТТК		

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

5 Вариант

5 Вариант						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ (пирожок печёный с картофелем, сладкая булочка, пирожок печеный с вишней, плюшка московская и т.д.)	100					Сборник рецептов или ТТК
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	300	9,41	6,80	73,20	391,10	
6 Вариант						

6 Вариант

		6 Вариант			3,00	73,20	391,10	
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Полдник								
ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ (пирожок печёный с картофелем, сладкая булочка, пирожок печеный с вишней, плюшка московская и т.д.)	100					Сборник рецептов или ТТК		
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблок)	200							
Итого за прием пищи:	300	6,66	6,60	89,48	445,36	Сборник рецептов или ТТК		
		7 Вариант						

7 Вариант

7 Вариант							87,48	445,36
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Полдник								
ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ (пирожок печёный с картофелем, сладкая булочка, пирожок печеный с вишней, плюшка московская и т.д.)	100					Сборник рецептов или ТТК		
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200							
Итого за прием пищи:	300	7,94	10,09	84,62	458,41	Сборник рецептов или ТТК		
8 Вариант								

8 Вариант

		8 Вариант					458,41	
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Полдник								
ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ (пирожок печёный с картофелем, сладкая булочка, пирожок печеный с вишней, плюшка московская и т.д.)	100					Сборник рецептов или ТТК		
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200							
Итого за прием пищи:	300	7,61	5,60	74,70	380,20			

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

9 Вариант

9 Вариант						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ (пирожок печёный с картофелем, сладкая булочка, пирожок печеный с вишней, плюшка московская и т.д.)	100					Сборник рецептов или ТТК
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	300	10,14	11,39	82,30	471,61	
10 Вариант						

10 Вариант

10 Вариант						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ (пирожок печёный с картофелем, сладкая булочка, пирожок печеный с вишней, плюшка московская и т.д.)	100					Сборник рецептур или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200					
Итого за прием пищи:	300	6,56	6,40	90,18	442,96	Сборник рецептур или ТТК
11 Вариант						

11 Вариант

11 Вариант						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ (пирожок печёный с картофелем, сладкая булочка, пирожок печеный с вишней, плюшка московская и т.д.)	100					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	300	7,61	5,60	74,70	380,20	
12 Вариант						

12 Вариант

12 Вариант						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ (пирожок печёный с картофелем, сладкая булочка, пирожок печеный с вишней, плюшка московская и т.д.)	100					Сборник рецептов или ТТК
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200					
Итого за прием пищи:	300	10,14	11,39	82,30	471,61	Сборник рецептов или ТТК
ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ						

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	б	ж	уг	ккал
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	