Согласовано

МОУ СШ №105

О.А. Мелишникова

Утверждаю: ООО Виво Маркет

Ковалев Р.С.

**Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ г.Волгограда**

**10 Вариант**

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|---|---|---|---|---|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| **Завтрак** | | | | | |
| КОТЛЕТА РЫБНАЯ (минтай) | 90 | 10,70 | 9,18 | 12,64 | 175,98 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 5,56 | 2,91 | 25,87 | 151,91 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,10 | 0,03 | 10,67 | 42,57 |
| СОК/НЕКТАР В АССОРТИМЕНТЕ | 200 | 0,97 | 0,19 | 19,59 | 83,42 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 47,30 |
| ПЕЧЕНЬЕ | 20 | 1,16 | 3,69 | 8,38 | 71,37 |
| **Итого за прием пищи:** | **680** | **20,07** | **16,20** | **86,81** | **572,55** |

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

МОУ СШ №105

О.А. Мельникова

Утверждаю: ООО Виво Маркет

Ковалев Р.С.

**Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) 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 | |
| **Завтрак** | | | | | |
| КОТЛЕТА РЫБНАЯ (минтай) | 100 | 11,89 | 10,93 | 14,04 | 202,09 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 180 | 6,67 | 3,76 | 32,65 | 191,12 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,10 | 0,03 | 10,67 | 42,57 |
| СОК/НЕКТАР В АССОРТИМЕНТЕ | 200 | 0,97 | 0,19 | 19,59 | 83,42 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 47,30 |
| ПЕЧЕНЬЕ | 20 | 1,16 | 3,69 | 8,38 | 71,37 |
| **Итого за прием пищи:** | **720** | **22,37** | **18,80** | **94,99** | **637,87** |

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

МОУ СШ №105

О.А. Мишинистова

Утверждаю: ООО Виво Маркет

Ковалев Р.С.

**Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеды) обучающихся возрастной группы 7-11 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 | 60 | 0,87 | 0,06 | 5,12 | 24,44 |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ | 200 | 2,55 | 7,92 | 10,45 | 123,28 |
| ПЕЛЬМЕНИ ОТВАРНЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 200 | 15,36 | 17,89 | 52,13 | 430,97 |
| 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:** | **710** | **22,15** | **26,42** | **99,68** | **726,13** |

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

МОУ СШ № 105

О.А. Мелешкина

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 _____

* 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 Виво Маркет

Ковалев Р.С.

**Ежедневное 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**

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|---|---|---|---|---|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| **Полдник** | | | | | |
| ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ВИШНЕЙ | 100 | 6,46 | 6.40 | 61,98 | 332,66 |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА | 200 | 0.10 | 0,00 | 28,20 | 110,30 |
| **Итого за прием пищи:** | **300** | **6,56** | **6,40** | **90,18** | **442,96** |

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

МОУ СШ № 105

О.А. Шамшетинова

Утверждаю: ООО Виво Маркет

Ковалев Р.С.

**Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (полдники) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет МОУ Волгограда**

**10 Вариант**

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|---|---|---|---|---|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| **Полдник** | | | | | |
| ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ВИШНЕЙ | 150 | 8,79 | 8,49 | 85,95 | 456,90 |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА | 200 | 0,10 | 0,00 | 28,20 | 110,30 |
| **Итого за прием пищи:** | **350** | **8,89** | **8,49** | **114,15** | **567,20** |

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.