



Утверждаю
 Директор
 МОУ



12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгограда (горячие завтраки и обеды)

№ п/п	Наименование блюд	Выход (в гр.)	Пищевые вещества (гр.)			Энерг. ценность (ккал)	Витамины С	Номер по сборнику рецептур
			Б	Ж	У			
Вариант 1								
Завтрак								
1	Каша вязкая молочная Дружба из пшена и риса с маслом	150/5 1шт	4,49 5,10	8,25 4,60	32,71 0,30	214,50 63,00	0,70 0,00	№175/2015 №337
2	Яйцо вареное вкрутую	200	0,30	0,00	15,20	60,00	2,20	№685
4	Чай с сахаром каркаде	30	3,21	0,30	15,50	71,20	0,00	
5	Хлеб пшеничный		13,10	13,15	63,71	408,70	2,90	
Итого								
Обед								
1	Овощи отварные, соленые, свежие	60 200	1,40 6,20	0,20 5,60	6,60 22,30	30,00 167,00	0,08 7,60	№139
2	Суп картофельный с бобовыми	80	13,10	11,00	3,00	162,20	28,86	№439
3	Печень, тушенная в соусе	150	5,40	9,60	16,00	156,00	0,30	№541
4	Рагу овощное	200	0,60	0,00	31,40	124,00	2,70	№639
5	Компот из сухофруктов	40	4,28	0,40	20,67	94,93	0,00	
6	Хлеб пшеничный	20	1,10	0,20	9,40	44,00	0,00	
7	Хлеб пеклеванный		32,08	27,00	109,37	778,13	39,54	
Итого								
Всего								
			45,18	40,15	173,08	1 186,83	42,44	

Зав. производством _____



Утверждаю
 Директор
 МОУ

МОУ СШ №134 «Дарование» Красноармейского района Волгоградской области

12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей-инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгограда (горячие завтраки и обеды)

№ п/п	Наименование блюд	Выход (в гр.)	Пищевые вещества (гр.)			Энерг. ценность (ккал)	Витамины С	Номер по сборнику рецептур
			Б	Ж	У			
Вариант 2								
Завтрак								
1	Каша молочная рисовая вязкая с маслом	150/5	2,33	6,20	29,49	218,30	0,71	№302
2	Хлеб пшеничный	30	3,21	0,30	15,50	71,20	0,00	№14/2015
3	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,00	0,00	№685
4	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	58,00	2,20	
	Итого		5,78	10,13	60,06	380,50	2,91	
Обед								
1	Овощи отварные, соленые, свежие	60	1,40	0,20	6,60	30,00	0,08	
2	Щи из свежей капусты с картофелем	200	2,20	6,30	10,30	109,00	14,11	№124
3	Зразы рыбные рубленые	80/5	11,20	15,00	12,20	219,00	0,57	№237/2015
4	Рис отварной	150	3,20	6,80	22,00	163,00	6,70	№511
5	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	0,00	0,00	30,60	118,00	2,80	№648
6	Хлеб пшеничный	40	4,28	0,40	20,67	94,93	0,00	
7	Хлеб пеклеванный	20	1,10	0,20	9,40	44,00	0,00	
	Итого		23,38	28,90	111,77	777,93	24,26	
	Всего		29,16	39,03	171,83	1 158,43	27,17	

Зав. производством _____

Вас



Утверждаю
 Директор
 МОУ

12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгограда (горячие завтраки и обеды)

№ п/п	Наименование блюд	Выход (в гр.)	Пищевые вещества (гр.)			Энерг. ценность (ккал)	Витамины С	Номер по сборнику рецептур
			Б	Ж	У			
Вариант 4								
Завтрак								
1	Каша вязкая молочная Дружба из пшена и риса с маслом	150/5	4,49	8,25	32,71	214,50	0,70	№175/2015
2	Хлеб пшеничный	30	3,21	0,30	15,50	71,20	0,00	№14/2015
3	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,00	0,00	№685
4	Чай с сахаром каркаде	200	0,30	0,00	15,20	60,00	2,20	
	Итого		8,04	12,18	63,48	378,70	2,90	
Обед								
1	Овощи отварные, соленые, свежие	60	1,40	0,20	6,60	30,00	0,08	№110
2	Борщ из свежей капусты с картофелем	200	2,00	5,20	13,10	106,00	8,20	№285/2015
3	Макаронник с мясом или печенью	200/10	27,80	25,80	30,00	418,00	0,00	№639
4	Компот из сухофруктов	200	0,60	0,00	31,40	124,00	2,70	
5	Хлеб пшеничный	40	4,28	0,40	20,67	94,93	0,00	
6	Хлеб пеклеванный	20	1,10	0,20	9,40	44,00	0,00	
	Итого		37,18	31,80	111,17	816,93	10,98	
	Всего		45,22	43,98	174,65	1 195,63	13,88	

Зав. производством _____

Бай



Утверждаю
 Директор _____
 МОУ _____

12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгограда (горячие завтраки и обеды)

№ п/п	Наименование блюд	Выход (в гр.)	Пищевые вещества (гр.)			Энерг. ценность (ккал)	Витамины С	Номер по сборнику рецептур
			Б	Ж	У			
Вариант 5								
Завтрак								
		150/5	2,33	6,20	29,49	218,30	0,71	№302
1	Каша молочная рисовая вязкая с маслом	30	3,21	0,30	15,50	71,20	0,00	
2	Хлеб пшеничный	10	2,60	2,60	3,30	40,00	0,07	№97
3	Сыр порция	200	0,20	0,00	15,00	58,00	2,20	№685
4	Чай с сахаром		8,34	9,10	63,29	387,50	2,98	
	Итого							
Обед								
		60	1,40	0,20	6,60	30,00	0,08	
1	Овощи отварные, соленые, свежие	200	2,00	4,30	6,90	73,00	14,11	№123
2	Щи из свежей капусты с картофелем	80	9,00	19,04	1,28	213,00	0,00	№413
3	Сосиска отварная	150	3,20	6,80	22,00	163,00	6,70	№520
4	Картофельное пюре или картофель отварной с маслом	200	0,00	0,00	30,60	118,00	2,80	№648
5	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	40	4,28	0,40	20,67	94,93	0,00	
6	Хлеб пшеничный	20	1,10	0,20	9,40	44,00	0,00	
7	Хлеб пеклеванный		20,98	30,94	97,45	735,93	23,69	
	Итого		29,32	40,04	160,74	1 123,43	26,67	
	Всего							

Зав. производством _____

Фас

ООО Виво Маркет



Утверждаю
Директор
МОУ



12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгограда (горячие завтраки и обеды)

№ п/п	Наименование блюд	Выход (в гр.)	Пищевые вещества (гр.)			Энерг. ценность (ккал)	Витамины С	Номер по сборнику рецептур
			Б	Ж	У			
Вариант 6								
Завтрак								
1	Лапшевник с творогом и с прокипяченной сметаной	150/20	19,40	16,00	48,00	353,00	0,13	№208/2015
2	Хлеб пшеничный	30	3,21	0,30	15,50	71,20	0,00	
3	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,00	0,00	№14/2015
4	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,30	0,00	15,20	60,00	2,20	№686
	Итого		22,99	23,55	78,83	550,20	2,33	
Обед								
1	Овощи отварные, соленые, свежие	60	1,40	0,20	6,60	30,00	0,08	
2	Рассольник Ленинградский	200	3,00	4,50	20,10	135,00	4,70	№132
3	Котлеты рубленые с белокочанной капустой	80	16,00	10,10	12,90	241,00	0,00	№455
4	Макаронны отварные	150	5,46	5,79	35,46	195,71	0,00	№516
5	Компот из изюма	200	0,40	0,00	27,40	106,00	2,80	№638
6	Хлеб пшеничный	40	4,28	0,40	20,67	94,93	0,00	
7	Хлеб пеклеванный	20	1,10	0,20	9,40	44,00	0,00	
	Итого		31,64	21,19	132,53	846,64	7,58	
	Всего		54,63	44,74	211,36	1 396,84	9,91	

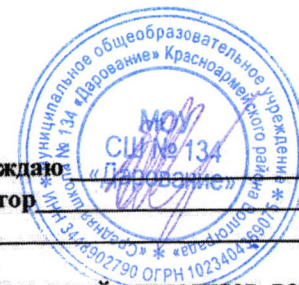
Зав. производством _____

Бас

ООО Виво Маркет



Утверждаю
Директор
МОУ



12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгограда (горячие завтраки и обеды)

№ п/п	Наименование блюд	Выход (в гр.)	Пищевые вещества (гр.)			Энерг. ценность (ккал)	Витамины С	Номер по сборнику рецептов
			Б	Ж	У			
Вариант 7								
Завтрак								
1	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом	150/5	6,13	9,68	35,80	223,64	0,70	№302
2	Хлеб пшеничный	30	3,21	0,30	15,50	71,20	0,00	
3	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,00	0,00	№14/2015
4	Чай с сахаром каркаде	200	0,30	0,00	15,20	60,00	2,20	№685
Итого			9,68	13,61	66,57	387,84	2,90	
Обед								
1	Овощи отварные, соленые, свежие	60	1,40	0,20	6,60	30,00	0,08	
2	Суп картофельный с бобовыми	200	6,20	5,60	22,30	167,00	7,60	№139
3	Фрикадельки рыбные	80	11,60	9,30	6,00	145,00	0,40	№240/2015
4	Соус сметанный с томатом	30	0,50	1,50	2,10	24,00	0,40	№333/2015
4	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,40	10,80	41,25	303,00	0,00	№508
6	Компот из сухофруктов	200	0,60	0,00	31,40	124,00	2,70	№639
7	Хлеб пшеничный	40	4,28	0,40	20,67	94,93	0,00	
8	Хлеб пеклеванный	20	1,10	0,20	9,40	44,00	0,00	
Итого			34,08	28,00	139,72	931,93	11,18	
Всего			43,76	41,61	206,29	1 319,77	14,08	

Зав. производством _____

Сид



12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгограда (горячие завтраки и обеды)

№ п/п	Наименование блюд	Выход (в гр.)	Пищевые вещества (гр.)			Энерг. ценность (ккал)	Витамины С	Номер по сборнику рецептур
			Б	Ж	У			
Вариант 8								
Завтрак								
1	Каша вязкая молочная Дружба из пшена и риса с маслом	150/5	4,49	8,25	32,71	214,50	0,70	№175/2015
2	Сыр порция	10	2,60	2,60	3,30	40,00	0,07	№97
3	Хлеб пшеничный	30	3,21	0,30	15,50	71,20	0,00	
4	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	58,00	2,20	№685
	Итого		10,50	11,15	66,51	383,70	2,97	
Обед								
1	Овощи отварные, соленые, свежие	60	1,40	0,20	6,60	30,00	0,08	
2	Борщ из свежей капусты с картофелем	200	2,00	5,20	13,10	106,00	8,20	№110
3	Тефтели из печени с рисом	80/80	13,30	14,80	17,50	257,00	7,48	№465
4	Рис припущенный с томатом	150	6,90	7,70	40,00	253,00	6,70	№513
5	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	0,00	0,00	30,60	118,00	2,80	№648
6	Хлеб пшеничный	40	4,28	0,40	20,67	94,93	0,00	
7	Хлеб пеклеванный	20	1,10	0,20	9,40	44,00	0,00	
	Итого		28,98	28,50	137,87	902,93	25,26	
	Всего		39,48	39,65	204,38	1 286,63	28,23	

Зав. производством _____



Утверждаю
 Директор
 МОУ



12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгограда (горячие завтраки и обеды)

№ п/п	Наименование блюд	Выход (в гр.)	Пищевые вещества (гр.)			Энерг. ценность (ккал)	Витамины С	Номер по сборнику рецептов
			Б	Ж	У			
Вариант 10								
Завтрак								
1	Каша молочная рисовая вязкая с маслом	150/5	2,33	6,20	29,49	218,30	0,71	№302
2	Хлеб пшеничный	30	3,21	0,30	15,50	71,20	0,00	
3	Сыр порция	10	2,60	2,60	3,30	40,00	0,07	№97
4	Чай с сахаром каркаде	200	0,30	0,00	15,20	60,00	2,20	№685
	Итого		8,44	9,10	63,49	389,50	2,98	
Обед								
1	Овощи отварные, соленые, свежие	60	1,40	0,20	6,60	30,00	0,08	
2	Суп из овощей	200	2,50	3,00	18,30	113,00	6,83	№135
3	Котлеты или биточки рыбные	80	12,50	9,00	15,00	194,00	0,86	№234/2015
4	Пюре из бобовых (горох)	150	14,10	6,90	40,40	255,00	2,80	№199/2015
5	Компот из сухофруктов	200	0,60	0,00	31,40	124,00	2,70	№639
6	Хлеб пшеничный	40	4,28	0,40	20,67	94,93	0,00	
7	Хлеб пеклеванный	20	1,10	0,20	9,40	44,00	0,00	
	Итого		36,48	19,70	141,77	854,93	13,27	
	Всего		44,92	28,80	205,26	1 244,43	16,25	

Зав. производством _____



12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгограда (горячие завтраки и обеды)

№ п/п	Наименование блюд	Выход (в гр.)	Пищевые вещества (гр.)			Энерг. ценность (ккал)	Витамины С	Номер по сборнику рецептур
			Б	Ж	У			
Вариант 11								
Завтрак								
1	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом	150/5	6,13	9,68	35,80	223,64	0,70	№302
2	Хлеб пшеничный	30	3,21	0,30	15,50	71,20	0,00	
3	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,00	0,00	№14/2015
4	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	58,00	2,20	№685
	Итого		9,58	13,61	66,37	385,84	2,90	
Обед								
1	Овощи отварные, соленые, свежие	60	1,40	0,20	6,60	30,00	0,08	
2	Щи из свежей капусты с картофелем	200	2,00	4,30	6,90	73,00	14,11	№123
3	Рагу из птицы	200	16,40	15,30	17,40	258,00	12,93	№289/2015
4	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	0,00	0,00	30,60	118,00	2,80	№648
5	Хлеб пшеничный	40	4,28	0,40	20,67	94,93	0,00	
6	Хлеб пеклеванный	20	1,10	0,20	9,40	44,00	0,00	
	Итого		25,18	20,40	91,57	617,93	29,92	
	Всего		34,76	34,01	157,94	1 003,77	32,82	

Зав. производством _____ *Сид*



12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгограда (горячие завтраки и обеды)

№ п/п	Наименование блюд	Выход (в гр.)	Пищевые вещества (гр.)			Энерг. - ценность (ккал)	Витамины С	Номер по сборнику рецептур
			Б	Ж	У			
Вариант 12								
Завтрак								
1	Каша молочная манная жидкая с маслом	150/5	6,70	15,20	30,80	112,00	0,00	№311
2	Хлеб пшеничный	30	3,21	0,30	15,50	71,20	0,00	
3	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,00	0,00	№14/2015
4	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,30	0,00	15,20	60,00	2,20	№686
	Итого		10,25	19,13	61,57	276,20	2,20	
Обед								
1	Овощи отварные, соленые, свежие	60	1,40	0,20	6,60	30,00	0,08	
2	Рассольник Ленинградский	200	3,00	4,50	20,10	135,00	4,70	№132
3	Котлеты рубленые с белокочанной капустой	80	16,00	10,10	12,90	241,00	0,00	№455
4	Каша пшеничная рассыпчатая	150	9,80	0,00	39,10	244,00	0,00	№508
5	Компот из изюма	200	0,40	0,00	27,40	106,00	2,80	№638
6	Хлеб пшеничный	40	4,28	0,40	20,67	94,93	0,00	
7	Хлеб пеклеванный	20	1,10	0,20	9,40	44,00	0,00	
	Итого		35,98	15,40	136,17	894,93	7,58	
	Всего		46,23	34,53	197,74	1 171,13	9,78	

Зав. производством _____