



Утверждаю  
 Директор  
 МОУ

12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов  
 возрастной группы 12-18 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			
<b>Вариант 1</b>								
<b>Завтрак</b>								
		200/5	5,94	10,91	41,68	286,00	0,93	№175/2015
1	Каша вязкая молочная Дружба из пшена и риса с маслом	30	3,21	0,30	15,50	71,20	0,00	№337
2	Хлеб пшеничный	1шт	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00	№685
3	Яйцо вареное вкрутую	200	0,30	0,00	15,20	60,00	2,20	
4	Чай с сахаром каркаде		14,55	15,81	72,68	480,20	3,13	
<b>Итого</b>								
<b>Обед</b>								
		100	2,40	0,40	11,00	50,00	0,14	
1	Овощи отварные, соленые, свежие	250	7,50	7,00	27,80	208,70	10,00	№139
2	Суп картофельный с бобовыми	100	13,60	8,80	3,80	159,00	36,10	№439
3	Печень, тушенная в соусе	180	5,10	9,20	19,20	175,00	0,36	№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		34,58	26,00	123,27	855,63	49,30	
<b>Итого</b>								
<b>Всего</b>								
			49,13	41,81	195,95	1 335,83	52,43	

Зав. производством \_\_\_\_\_



Утверждаю  
 Директор  
 МОУ



12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов  
 возрастной группы 12-18 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			
	<b>Вариант 2</b>							
	<b>Завтрак</b>	200/5	5,86	10,58	45,93	287,00	0,94	№302
1	Каша молочная рисовая вязкая с маслом	30	3,21	0,30	15,50	71,20	0,00	№14/2015
2	Хлеб пшеничный	5	0,04	3,63	0,07	33,00	0,00	№685
3	Масло сливочное	200	0,20	0,00	15,00	58,00	2,20	
4	Чай с сахаром		9,31	14,51	76,50	449,20	3,14	
	<b>Итого</b>							
	<b>Обед</b>	100	2,40	0,40	11,00	50,00	0,14	
1	Овощи отварные, соленые, свежие	250	2,50	5,00	8,60	91,30	17,50	№123
2	Щи из свежей капусты с картофелем	100/5	11,30	16,30	15,30	248,00	0,71	№237/2015
3	Зразы рыбные рубленые	180	3,80	8,20	23,40	196,00	8,00	№511
4	Рис отварной	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		25,38	30,50	118,97	842,23	29,15	
	<b>Итого</b>		34,69	45,01	195,47	1 291,43	32,29	
	<b>Всего</b>							

Зав. производством \_\_\_\_\_

*Бас*



12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 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			
<b>Вариант 5</b>								
<b>Завтрак</b>								
		200/5	5,86	10,58	45,93	287,00	0,94	№302
1	Каша молочная рисовая вязкая с маслом	30	3,21	0,30	15,50	71,20	0,00	№97
2	Хлеб пшеничный	10	2,60	2,60	3,30	40,00	0,07	№685
3	Сыр порция	200	0,20	0,00	15,00	58,00	2,20	
4	Чай с сахаром		11,87	13,48	79,73	456,20	3,21	
<b>Итого</b>								
<b>Обед</b>								
		100	2,40	0,40	11,00	50,00	0,14	
1	Овощи отварные, соленые, свежие	250	2,50	5,00	8,60	91,30	17,50	№123
2	Щи из свежей капусты с картофелем	100	11,25	22,80	1,60	266,25	0,00	№413
3	Сосиска отварная	180	3,80	8,10	26,30	196,00	2,80	№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		25,33	36,90	108,17	860,48	23,24	
<b>Итого</b>								
<b>Всего</b>								
			37,20	50,38	187,90	1 316,68	26,45	

Зав. производством \_\_\_\_\_

*Фосф*



Утверждаю \_\_\_\_\_  
 Директор \_\_\_\_\_  
 МОУ \_\_\_\_\_

**12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 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			
<b>Вариант 3</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом	200/5	8,10	12,80	46,73	295,80	0,93	№302
2	Хлеб пшеничный	30	3,21	0,30	15,50	71,20	0,00	№97
3	Сыр порция	10	2,60	2,60	3,30	40,00	0,07	№686
4	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,30	0,00	15,20	60,00	2,20	
	<b>Итого</b>		14,21	15,70	80,73	467,00	3,20	
<b>Обед</b>								
1	Овощи отварные, соленые, свежие	100	2,40	0,40	11,00	50,00	0,14	№140
2	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3,80	6,30	26,20	151,30	0,00	№501
3	Котлеты рубленые из кур, запеченные с молочным соусом	100	16,60	19,20	10,80	278,00	0,51	№514
4	Бобовые отварные (горох)	180	17,00	8,50	40,00	306,00	3,40	№638
5	Компот из изюма	200	0,40	0,00	27,40	106,00	2,80	
6	Хлеб пшеничный	200	0,40	0,00	20,67	94,93	0,00	
7	Хлеб пеклеванный	40	4,28	0,40	20,67	94,93	0,00	
	<b>Итого</b>	20	1,10	0,20	9,40	44,00	0,00	
	<b>Всего</b>		45,58	35,00	145,47	1 030,23	6,85	
			59,79	50,70	226,20	1 497,23	10,05	

Зав. производством \_\_\_\_\_ *[Signature]*

ООО Виво Маркет



Утверждаю  
Директор  
МОУ

12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов  
возрастной группы 12-18 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			
<b>Вариант 4</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	Каша вязкая молочная Дружба из пшена и риса с маслом	200/5	5,94	10,91	41,68	286,00	0,93	№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	
	<b>Итого</b>		9,49	14,84	72,45	450,20	3,13	
<b>Обед</b>								
1	Овощи отварные, соленые, свежие	100	2,40	0,40	11,00	50,00	0,14	№110
2	Борщ из свежей капусты с картофелем	250	2,50	6,20	16,30	132,50	10,00	№285/2015
3	Макаронник с мясом или печенью	250/10	34,30	29,80	37,50	498,00	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	
	<b>Итого</b>		45,18	37,00	126,27	943,43	12,84	
	<b>Всего</b>		54,67	51,84	198,72	1 393,63	15,97	

Зав. производством

*В. С.*



Утверждаю  
 Директор  
 МОУ



**12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 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			
<b>Вариант 6</b>								
<b>Завтрак</b>								
		200/20	25,10	20,70	62,12	470,67	0,13	№208/2015
1	Лапшевник с творогом и прокипяченной сметаной	30	3,21	0,30	15,50	71,20	0,00	№14/2015
2	Хлеб пшеничный	10	0,08	7,25	0,13	66,00	0,00	№686
3	Масло сливочное	200/15/7	0,30	0,00	15,20	60,00	2,20	
4	Чай с сахаром и лимоном		28,69	28,25	92,95	667,87	2,33	
<b>Итого</b>								
<b>Обед</b>								
		100	2,40	0,40	11,00	50,00	0,14	
1	Овощи отварные, соленые, свежие	250	3,70	5,60	25,00	168,70	5,88	№132
2	Рассольник Ленинградский	100	17,00	10,10	16,10	261,00	0,00	№455
3	Котлеты рубленые с белокочанной капустой	180	6,55	6,95	39,55	234,85	0,00	№516
4	Макароны отварные	200	0,40	0,00	27,40	106,00	2,80	№638
5	Компот из изюма	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		35,43	23,65	149,12	959,48	8,82	
<b>Итого</b>								
<b>Всего</b>								
			64,12	51,90	242,07	1 627,35	11,15	

Зав. производством \_\_\_\_\_

*Handwritten signature*



Утверждаю  
Директор  
МОУ

12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов  
возрастной группы 12-18 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			
<b>Вариант 7</b>								
<b>Завтрак</b>								
		200/5	8,10	12,80	46,73	295,80	0,93	№302
1	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом	30	3,21	0,30	15,50	71,20	0,00	№14/2015
2	Хлеб пшеничный	5	0,04	3,63	0,07	33,00	0,00	№685
3	Масло сливочное	200	0,30	0,00	15,20	60,00	2,20	
4	Чай с сахаром каркаде		11,65	16,73	77,50	460,00	3,13	
<b>Итого</b>								
<b>Обед</b>								
		100	2,40	0,40	11,00	50,00	0,14	
1	Овощи отварные, соленые, свежие	250	7,50	7,00	27,80	208,70	10,00	№139
2	Суп картофельный с бобовыми	100	11,80	7,90	7,50	143,80	0,50	№240/2015
3	Фрикадельки рыбные	30	0,50	1,50	2,10	24,00	0,40	№333/2015
4	Соус сметанный с томатом	180	10,10	12,96	49,50	363,60	0,00	№508
5	Каша гречневая рассыпчатая	200	0,60	0,00	31,40	124,00	2,70	№639
6	Компот из сухофруктов	40	4,28	0,40	20,67	94,93	0,00	
7	Хлеб пшеничный	20	1,10	0,20	9,40	44,00	0,00	
8	Хлеб пеклеванный		38,28	30,36	159,37	1 053,03	13,74	
<b>Итого</b>								
<b>Всего</b>								
			49,93	47,09	236,87	1 513,03	16,87	

Зав. производством \_\_\_\_\_

*Вас*



Утверждаю  
 Директор \_\_\_\_\_  
 МОУ \_\_\_\_\_

**12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов  
 возрастной группы 12-18 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			
<b>Вариант 8</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	Каша вязкая молочная Дружба из пшена и риса с маслом	200/5	5,94	10,91	41,68	286,00	0,93	№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
	<b>Итого</b>		<b>11,95</b>	<b>13,81</b>	<b>75,48</b>	<b>455,20</b>	<b>3,20</b>	
<b>Обед</b>								
1	Овощи отварные, соленые, свежие	100	2,40	0,40	11,00	50,00	0,14	
2	Борщ из свежей капусты с картофелем	250	2,50	6,20	16,30	132,50	10,00	№110
3	Тефтели из печени с рисом	100/80	13,80	14,80	21,90	271,00	9,35	№465
4	Рис припущенный с томатом	180	5,70	6,80	47,70	279,00	6,70	№513
5	Кисель из концентрата на фруктовых 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	
	<b>Итого</b>		<b>29,78</b>	<b>28,80</b>	<b>157,57</b>	<b>989,43</b>	<b>28,99</b>	
	<b>Всего</b>		<b>41,73</b>	<b>42,61</b>	<b>233,05</b>	<b>1 444,63</b>	<b>32,19</b>	

Зав. производством \_\_\_\_\_ *Гусев*





Утверждаю  
 Директор  
 МОУ



**12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов  
 возрастной группы 12-18 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			
	<b>Вариант 9</b>							
	<b>Завтрак</b>	200/5	6,15	9,65	41,00	246,00	0,00	№302
1	Каша молочная гречневая вязкая	30	3,21	0,30	15,50	71,20	0,00	№14/2015
2	Хлеб пшеничный	5	0,04	3,63	0,07	33,00	0,00	№686
3	Масло сливочное	200/15/7	0,30	0,00	15,20	60,00	2,20	
4	Чай с сахаром и лимоном		9,70	13,58	71,77	410,20	2,20	
	<b>Итого</b>							
	<b>Обед</b>	100	2,40	0,40	11,00	50,00	0,14	
1	Овощи отварные, соленые, свежие	250	3,80	6,30	26,20	151,30	0,00	№140
2	Суп картофельный с макаронными изделиями	100	16,60	19,20	10,80	278,00	0,51	№501
3	Котлеты рубленые из кур, запеченные с молочным соусом	180	3,80	8,10	26,30	196,00	2,80	№520
4	Картофельное пюре или картофель отварной с маслом	200	0,40	0,00	27,40	106,00	2,80	№638
5	Компот из изюма	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		32,38	34,60	131,77	920,23	6,25	
	<b>Итого</b>		42,08	48,18	203,54	1 330,43	8,45	
	<b>Всего</b>							

Зав. производством \_\_\_\_\_

*Бсеф*



Утверждаю  
 Директор  
 МОУ



12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов  
 возрастной группы 12-18 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			
<b>Вариант 10</b>								
<b>Завтрак</b>								
		200/5	5,86	10,58	45,93	287,00	0,94	№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	0,30	0,00	15,20	60,00	2,20	№685
4	Чай с сахаром каркаде		11,97	13,48	79,93	458,20	3,21	
<b>Итого</b>								
<b>Обед</b>								
		100	2,40	0,40	11,00	50,00	0,14	
1	Овощи отварные, соленые, свежие	250	3,70	3,70	22,50	141,30	8,75	№135
2	Суп из овощей	100	14,10	11,20	18,80	230,00	1,08	№234/2015
3	Котлеты или биточки рыбные	180	17,00	8,50	47,10	306,00	2,80	№199/2015
4	Пюре из бобовых (горох)	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		43,18	24,40	160,87	990,23	15,47	
<b>Итого</b>								
<b>Всего</b>								
			55,15	37,88	240,80	1 448,43	18,68	

Зав. производством \_\_\_\_\_

*Бисф*



**12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 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			
<b>Вариант 11</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом	200/5	8,10	12,80	46,73	295,80	0,93	№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	
	<b>Итого</b>		11,55	16,73	77,30	458,00	3,13	
<b>Обед</b>								
1	Овощи отварные, соленые, свежие	100	2,40	0,40	11,00	50,00	0,14	
2	Щи из свежей капусты с картофелем	250	2,50	5,00	8,60	91,30	17,50	№123
3	Рагу из птицы	250	19,00	16,60	21,80	310,00	16,16	№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	
	<b>Итого</b>		29,28	22,60	102,07	708,23	36,60	
	<b>Всего</b>		40,83	39,33	179,37	1 166,23	39,73	

Зав. производством \_\_\_\_\_ *Дваф*



Утверждаю  
 Директор  
 МОУ



12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 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			
<b>Вариант 12</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	Каша молочная манная жидкая с маслом	200/5	6,20	20,20	40,90	149,10	0,00	№311
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	№686
4	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,30	0,00	15,20	60,00	2,20	
	<b>Итого</b>		9,75	24,13	71,67	313,30	2,20	
<b>Обед</b>								
1	Овощи отварные, соленые, свежие	100	2,40	0,40	11,00	50,00	0,14	
2	Рассольник Ленинградский	250	3,70	5,60	25,00	168,70	5,88	№132
3	Котлеты рубленые с белокочанной капустой	100	17,00	10,10	16,10	261,00	0,00	№455
4	Каша пшенная рассыпчатая	180	8,20	0,00	46,90	280,00	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	
	<b>Итого</b>		37,08	16,70	156,47	1 004,63	8,82	
	<b>Всего</b>		46,83	40,83	228,14	1 317,93	11,02	

Зав. производством \_\_\_\_\_