

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

09.10.2024

8 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,90	0,06	5,10	24,40	ТТК №2	
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46	200	1,92	6,58	12,56	96,80	ТТК №46	
ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ ТТК №468	150	10,40	14,60	30,10	261,30	ТТК №468	
ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302	200	0,20	0,00	15,00	58,00	ТТК №302	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	60	4,74	0,60	28,98	142,00	ТТК №6	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №7	60	3,96	0,72	20,04	104,00	ТТК №7	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>730</b>	<b>22,12</b>	<b>22,56</b>	<b>111,78</b>	<b>686,50</b>		

Зав. производством \_\_\_\_\_



09.10.2024

Утверждаю



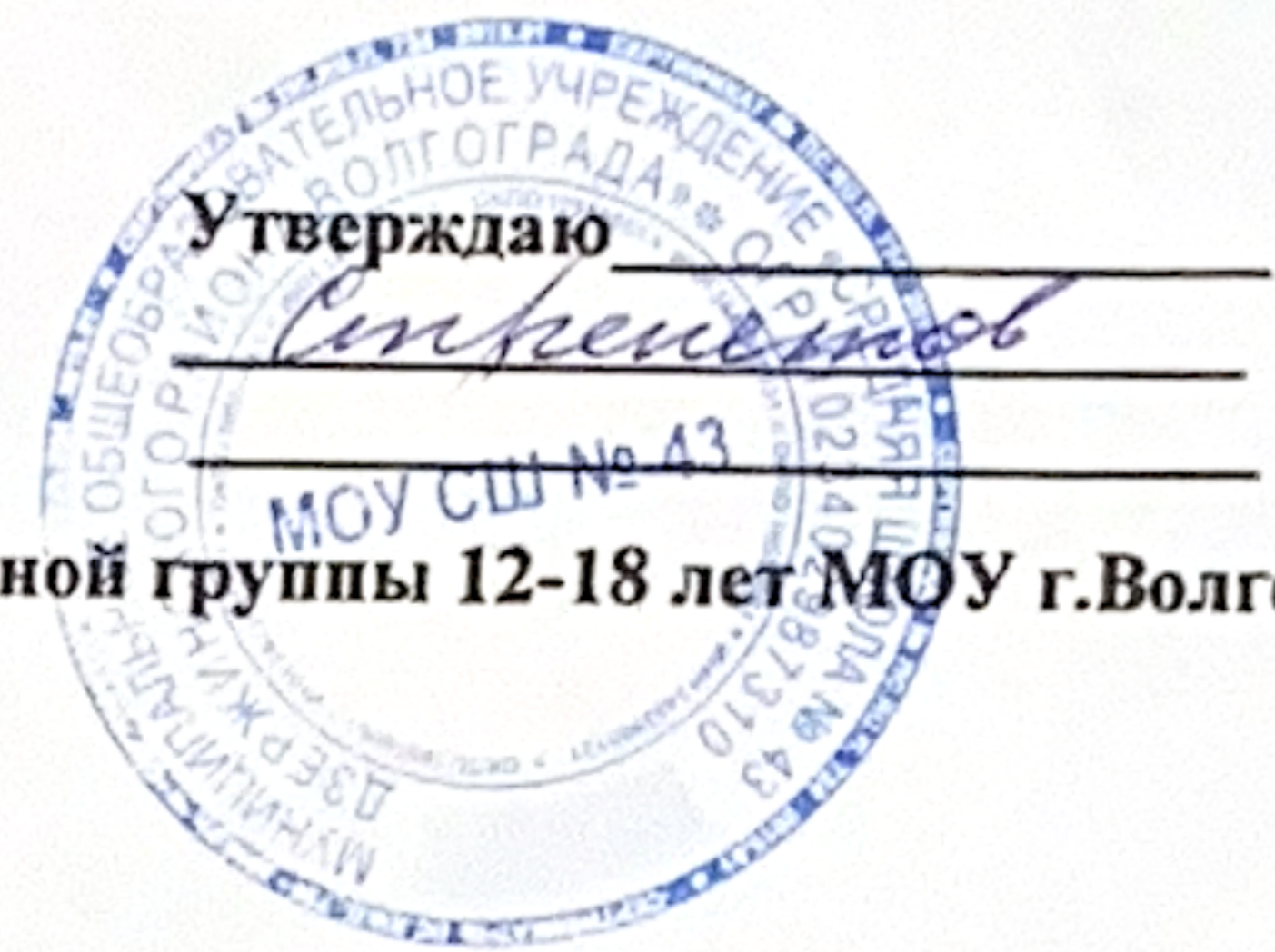
Ежедневное меню

8 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Морковь по-корейски	60	0,78	1,86	4,20	35,40	ТТК №326
Зраза «Мясной митбол»	100	15,03	14,30	3,67	206,00	ТТК №312
Каша рисовая рассыпчатая "Янтарная" (гарнир)	180	3,94	2,34	44,35	219,72	ТТК №497
Компот из сушеных ягод (изюм)	200	0,40	0,10	21,50	88,50	ТТК №570
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>570</b>	<b>22,55</b>	<b>18,9</b>	<b>88,22</b>	<b>620,62</b>	

Зав. производством

*leaf*



Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеда) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ г.Волгограда

09.10.2024

8 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	1,50	0,10	8,50	40,70	ТТК №2	
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46	250	3,10	8,20	15,70	121,00	ТТК №46	
ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ ТТК №468	200	12,20	16,90	35,70	327,90	ТТК №468	
ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302	200	0,20	0,00	15,00	58,00	ТТК №302	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	60	4,74	0,60	28,98	142,00	ТТК №6	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ ТТК №7	60	3,96	0,72	20,04	104,00	ТТК №7	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>870</b>	<b>25,70</b>	<b>26,52</b>	<b>123,92</b>	<b>793,60</b>		

Зав. производством \_\_\_\_\_



09.10.2024

Ежедневное меню



8 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Ланч</b>						
Морковь по-корейски	60	0,78	1,86	4,20	35,40	ТТК №326
Суп-лапша по-домашнему с курочкой	250	3,07	2,75	21,47	125,08	ТТК №404
Зрза «Мясной митбол»	100	15,03	14,30	3,67	206,00	ТТК №312
Каша рисовая рассыпчатая "Янтарная" (гарнир)	180	3,94	2,34	44,35	219,72	ТТК №497
Круассан "Наслаждение"	40	3,84	10,92	23,84	209,20	ТТК №495
Компот из сушеных ягод (изюм)	200	0,40	0,10	21,50	88,50	ТТК №570
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>860</b>	<b>29,46</b>	<b>32,57</b>	<b>133,53</b>	<b>954,90</b>	

Зав. производством \_\_\_\_\_



09.10.2024

Утверждаю



Ежедневное меню Комбо-Обеды

Вариант 2

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
1	Хот-дог Янтарный с люля-кебаб 144г ТТК №526	144	17,08	10,94	43,28	335,28	ТТК № 526
2	Чай горячий с сахаром и лимоном ТТК № 434	200	0,30	0,00	15,20	60,00	ТТК № 434
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>344</b>	<b>17,38</b>	<b>10,94</b>	<b>58,48</b>	<b>395,28</b>	

Зав. производством \_\_\_\_\_



Утверждаю \_\_\_\_\_

*Смирнова* \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Ежедневное меню



8 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Суп-лапша по-домашнему с курочкой	250	3,07	2,75	21,47	125,08	ТТК №404
Круассан "Наслаждение"	40	3,84	10,92	23,84	209,20	ТТК №495
Компот из сушеных ягод (изюм)	200	0,40	0,10	21,50	88,50	ТТК №570
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>520</b>	<b>9,71</b>	<b>14,07</b>	<b>81,31</b>	<b>493,78</b>	

Зав. производством *Смирнова*



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

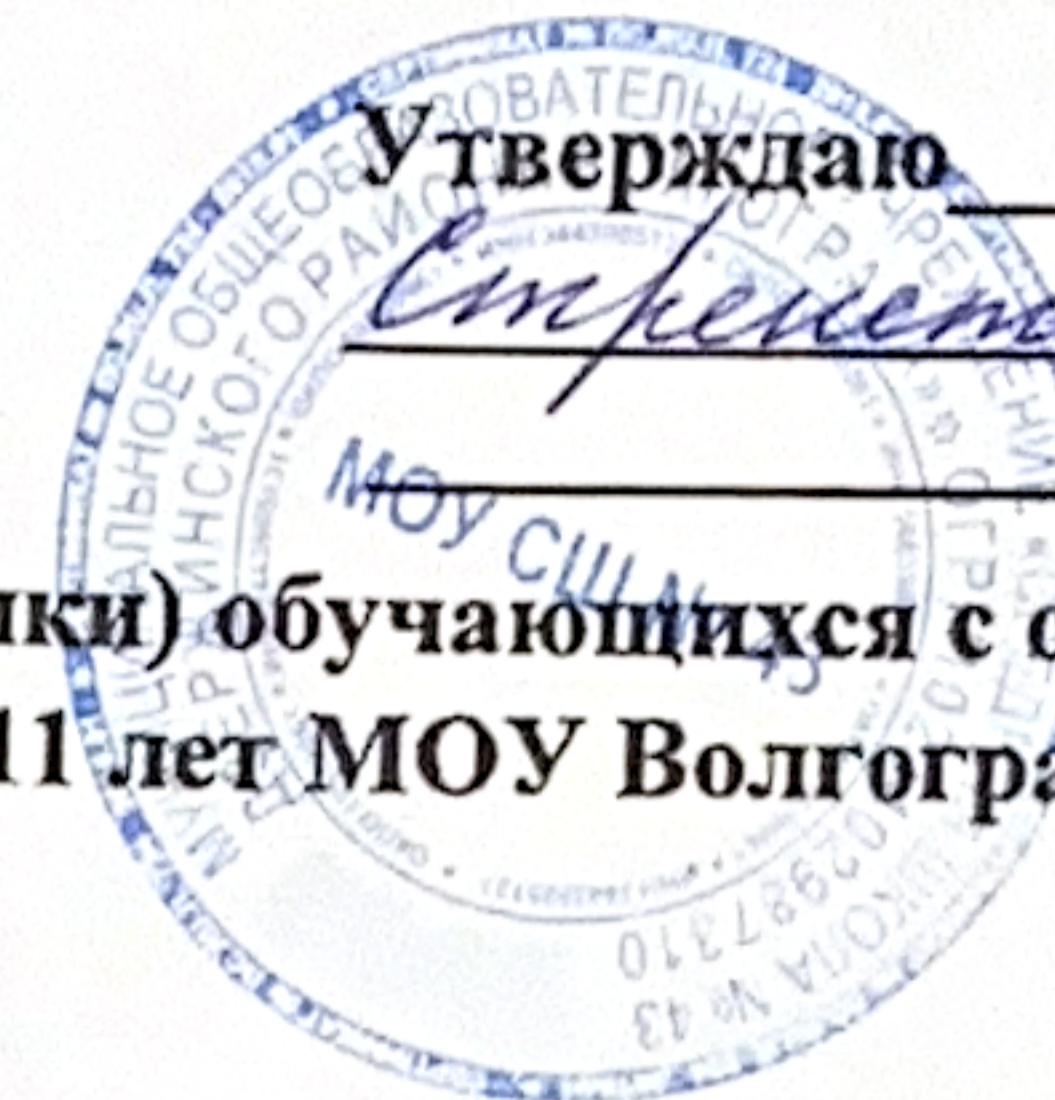
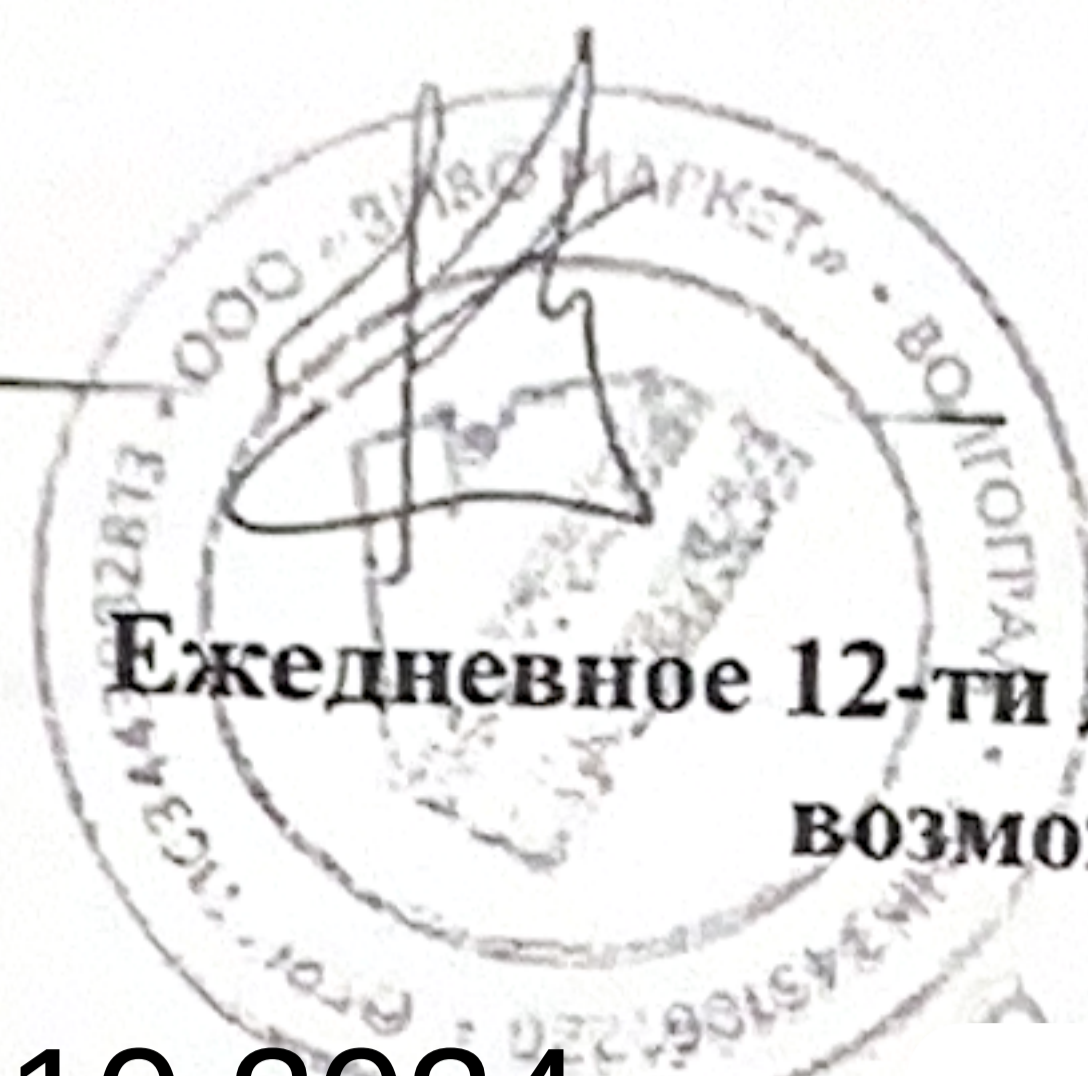
09.10.2024



8 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Полдник							
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	150	10,46	8,07	69,73	393,80	ТТК №40	
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,50	0,10	27,40	112,60	348	2011
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>10,96</b>	<b>8,17</b>	<b>97,13</b>	<b>506,40</b>		

Зав. производством *[Signature]*



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

09.10.2024

8 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Полдник							
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	100	7,11	5,50	47,30	267,60	ТТК №40	
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,50	0,10	27,40	112,60	348	2011
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>300</b>	<b>7,61</b>	<b>5,60</b>	<b>74,70</b>	<b>380,20</b>		

Зав. производством \_\_\_\_\_





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

09.10.2024

8 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	0,78	0,10	1,66	12,65	ТТК №1	
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №71	150	11,60	16,60	20,80	287,20	ТТК №71	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301	200	0,30	0,00	15,20	60,00	ТТК №301	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	65	5,10	0,65	27,50	153,80	ТТК №6	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>515</b>	<b>17,78</b>	<b>17,35</b>	<b>65,16</b>	<b>513,65</b>		

Зав. производством \_\_\_\_\_



Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ г.Волгограда

09.10.2024

Утверждаю

*Смирнова*



8 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	0,78	0,10	1,66	12,65	ТТК №1	
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №71	200	15,50	21,90	29,90	382,90	ТТК №71	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301	200	0,30	0,00	15,20	60,00	ТТК №301	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	65	5,10	0,65	27,50	153,80	ТТК №6	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>565</b>	<b>21,68</b>	<b>22,65</b>	<b>74,26</b>	<b>609,35</b>		

Зав. производством *Leaf*