

Согласовано

Утверждаю: ООО Виво Маркет

Юрина К.В.

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

1 Вариант

| Прим пищи, наименование блюда       | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|-------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
|                                     |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |              |                     |
| Обед                                |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| СВЕКЛА С МАСЛОМ                     | 100          | 1,42             | 5,91    | 8,29        | 91,92                            | ТТК №543     |                     |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) | 250          | 7,34             | 9,20    | 18,55       | 186,36                           | ТТК №43      |                     |
| КОТЛЕТА ДОМАШНЯЯ                    | 100          | 11,48            | 13,49   | 13,56       | 221,57                           | ТТК №896     |                     |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ         | 180          | 6,67             | 3,76    | 32,65       | 191,12                           | ТТК №129     |                     |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ               | 200          | 0,01             | 0,00    | 10,71       | 42,81                            | ТТК №241     |                     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                      | 30           | 2,37             | 0,30    | 14,49       | 70,50                            | ТТК №6       |                     |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                    | 40           | 2,37             | 0,47    | 15,48       | 76,44                            | ТТК №7       |                     |
| Итого за прием пищи:                | 900          | 31,66            | 33,13   | 113,73      | 880,72                           |              |                     |
| Зав. производством                  |              |                  |         |             |                                  |              |                     |

Зав. производством

Согласовано



Исполнитель: ООО Визво Маркет  
Тюркина К.В.

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

2 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда          | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|-----------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
|                                         |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |              |                     |
| Обед                                    |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                           | 100          | 0,78             | 0,10    | 1,66        | 12,65                            | ТТК №1       |                     |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ       | 250          | 3,92             | 9,89    | 13,28       | 157,81                           | ТТК №47      |                     |
| ЖАРКОЕ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ                    | 200          | 16,13            | 13,71   | 24,67       | 286,59                           | ТТК №48      |                     |
| ЧАЙ С САХАРОМ                           | 200          | 0,10             | 0,03    | 10,67       | 42,57                            | ТТК №302     |                     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                          | 60           | 4,74             | 0,60    | 28,98       | 141,00                           | ТТК №6       |                     |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                        | 60           | 3,66             | 0,72    | 23,94       | 118,20                           | ТТК №7       |                     |
| ПЕЧЕНЬЕ                                 | 20           | 1,16             | 3,69    | 8,38        | 71,37                            | ТТК №473     |                     |
| Итого за прием пищи:                    | 890          | 30,51            | 28,74   | 111,62      | 828,44                           |              |                     |
| Зав. производством: <i>Н.В.Савинова</i> |              |                  |         |             |                                  |              |                     |

Зав. производством

*Н.Ф.Александрова*

Согласовано

№ 43



Утверждаю: ООО Виво Маркет

Тюркина К.В.

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

3 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда     | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
|                                    |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |              |                     |
| Обед                               |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ                     | 100          | 1,07             | 0,00    | 2,33        | 22,31                            | ТТК №2       |                     |
| СУП С КРУПНОЙ (рисовая)            | 250          | 3,31             | 12,30   | 11,06       | 168,18                           | ТТК №44      |                     |
| ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ | 200          | 12,66            | 13,66   | 32,59       | 303,94                           | ТТК №468     |                     |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ            | 200          | 0,15             | 0,04    | 10,82       | 44,22                            | ТТК №301     |                     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                     | 60           | 4,74             | 0,60    | 28,98       | 141,00                           | ТТК №6       |                     |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                   | 60           | 3,66             | 0,72    | 23,94       | 118,20                           | ТТК №7       |                     |
| Итого за прием пищи:               | 870          | 26,27            | 27,42   | 110,30      | 797,85                           |              |                     |

Зав. производством

*А.В. Рахмисова*

Согласовано



Утверждено: ООО Виво Маркет

Горина К.В.



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

4 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|--------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
|                                |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |              |                     |
| Обед                           |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| СВЕКЛА С МАСЛОМ                | 100          | 1,42             | 5,91    | 8,29        | 91,92                            | ТТК №543     |                     |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ       | 250          | 2,68             | 6,35    | 13,41       | 121,51                           | ТТК №204     |                     |
| КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ     | 100          | 10,89            | 16,76   | 10,63       | 236,92                           | ТТК №62      |                     |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ    | 180          | 6,67             | 3,76    | 32,65       | 191,12                           | ТТК №129     |                     |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ          | 200          | 0,01             | 0,00    | 10,71       | 42,81                            | ТТК №241     |                     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                 | 40           | 3,16             | 0,40    | 19,32       | 94,00                            | ТТК №6       |                     |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ                | 40           | 2,37             | 0,47    | 15,48       | 76,44                            | ТТК №7       |                     |
| Итого за прием пищи:           | 910          | 27,20            | 33,65   | 110,49      | 854,72                           |              |                     |
| Зав. производством             | Секретарь    |                  |         |             |                                  |              |                     |

Зав. производством

*Ибрагимова*

Согласовано

Утверждено: ООО Виво Маркет

Пюрин К.В.

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

5 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда    | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|-----------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
|                                   |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |              |                     |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ                    | 100          | 1,07             | 0,00    | 2,33        | 13,58                            | ТТК №2       |                     |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ | 250          | 3,92             | 9,89    | 13,28       | 157,81                           | ТТК №47      |                     |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                     | 200          | 17,32            | 19,54   | 41,11       | 409,58                           | ТТК №67      |                     |
| ЧАЙ С САХАРОМ                     | 200          | 0,10             | 0,03    | 10,67       | 42,57                            | ТТК №302     |                     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                    | 50           | 3,83             | 0,49    | 23,43       | 113,98                           | ТТК №6       |                     |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                  | 50           | 2,96             | 0,58    | 19,35       | 95,55                            | ТТК №7       |                     |
| Итого за прием пищи:              | 850          | 29,20            | 30,63   | 109,39      | 830,87                           |              |                     |

Зав. производством

*Ибрагимова*

Согласовано

Утверждает: **О.Ю. Виво Маркет**

**Тюркина К.В.**

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

6 Вариант

| Принем пищи, наименование блюда                     | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергети-ческая<br>ценность, ккал | № репеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|-----------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-----------------------------------|--------------|---------------------|
|                                                     |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                   |              |                     |
| Обед                                                |              |                  |         |             |                                   |              |                     |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                       | 100          | 0,78             | 0,10    | 1,66        | 12,65                             | ТТК №1       |                     |
| СУП С КРУПНОЙ (рисовая)                             | 250          | 3,31             | 12,30   | 11,06       | 168,18                            | ТТК №44      |                     |
| ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ И КУРИЦЕЙ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 200          | 15,96            | 19,11   | 56,82       | 463,11                            | ТТК №564     |                     |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                             | 200          | 0,15             | 0,04    | 10,82       | 44,22                             | ТТК №301     |                     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                      | 40           | 3,16             | 0,40    | 19,32       | 94,00                             | ТТК №6       |                     |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                    | 60           | 3,66             | 0,72    | 23,94       | 118,20                            | ТТК №7       |                     |
| Итого за прием пищи:                                | 850          | 27,04            | 32,67   | 123,66      | 898,61                            |              |                     |

Зав. производством

*И.Б. Галимова*

Согласовано

Утверждает: ООО Виво Маркет

Тарина К.В.

МОУ СШ № 43

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

7 Вариант

| Принем пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергети-ческая<br>ленность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|---------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-----------------------------------|--------------|---------------------|
|                                 |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                   |              |                     |
| Обед                            |              |                  |         |             |                                   |              |                     |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ                  | 100          | 1,07             | 0,00    | 2,33        | 13,58                             | ТТК №2       |                     |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ    | 250          | 1,51             | 11,10   | 10,56       | 148,18                            | ТТК №28      |                     |
| КОТЛЕТА РЫБНАЯ (минтай)         | 100          | 11,89            | 10,93   | 14,04       | 202,09                            | ТТК №77      |                     |
| КАША РИСОВАЯ С ОВОЩАМИ          | 180          | 4,59             | 5,11    | 45,25       | 245,35                            | ТТК №180     |                     |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ           | 200          | 0,01             | 0,00    | 10,71       | 42,81                             | ТТК №241     |                     |
| СОК/НЕКТАР В АССОРТИМЕНТЕ       | 200          | 0,97             | 0,19    | 19,59       | 83,42                             | ТТК №343     |                     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                  | 40           | 3,16             | 0,40    | 19,32       | 94,00                             | ТТК №6       |                     |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                | 50           | 2,96             | 0,58    | 19,35       | 95,55                             | ТТК №7       |                     |
| Итого за прием пищи:            | 1120         | 26,16            | 28,41   | 140,37      | 922,78                            |              |                     |

Зав. производством

*М.А.Шилова*

Согласовано



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



Утверждаю: ООО Виво Маркет  
Тюркина К.В.

8 Вариант

| 8 Вариант                                |                     |                  |         |             |                                  |              |                     |
|------------------------------------------|---------------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
| Прим пищи, наименование блюда            | Масса порции        | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|                                          |                     | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |              |                     |
| Обед                                     |                     |                  |         |             |                                  |              |                     |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ                           | 100                 | 1,07             | 0,00    | 2,33        | 13,58                            | ТТК №2       |                     |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 250                 | 3,48             | 12,60   | 20,78       | 210,44                           | ТТК №46      |                     |
| ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ       | 200                 | 12,66            | 13,66   | 32,59       | 303,94                           | ТТК №468     |                     |
| ЧАЙ С САХАРОМ                            | 200                 | 0,10             | 0,03    | 10,67       | 42,57                            | ТТК №302     |                     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                           | 60                  | 4,74             | 0,60    | 28,98       | 141,00                           | ТТК №6       |                     |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                         | 60                  | 3,66             | 0,72    | 23,94       | 118,20                           | ТТК №7       |                     |
| Итого за прием пищи:                     | 870                 | 26,39            | 27,71   | 119,87      | 838,46                           |              |                     |
| Зав. производством                       | <i>Ирина Милова</i> |                  |         |             |                                  |              |                     |

Зав. производством

*Ирина Николаевна*

Согласовано



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

9 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда          | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|-----------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
|                                         |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |              |                     |
| Обед                                    |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                           | 100          | 0,78             | 0,10    | 1,66        | 12,65                            | ТТК №1       |                     |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)     | 250          | 7,34             | 9,20    | 18,55       | 186,36                           | ТТК №43      |                     |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                           | 200          | 17,32            | 19,54   | 41,11       | 409,58                           | ТТК №67      |                     |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                 | 200          | 0,15             | 0,04    | 10,82       | 44,22                            | ТТК №301     |                     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                          | 50           | 3,83             | 0,49    | 23,43       | 113,98                           | ТТК №6       |                     |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                        | 50           | 2,96             | 0,58    | 19,35       | 95,55                            | ТТК №7       |                     |
| Итого за прием пищи:                    | 850          | 32,40            | 29,95   | 114,96      | 860,59                           |              |                     |
| Зав. производством <i>Ирина Иванова</i> |              |                  |         |             |                                  |              |                     |

Зав. производством

*Ирина К.В.*

Согласовано



Утверждаю: ООО Виво Маркет  
Тюрина К.В.

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

10 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда        | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|---------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
|                                       |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |              |                     |
| Обед                                  |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| СВЕКЛА ОТВАРНАЯ                       | 100          | 1,46             | 0,10    | 8,54        | 40,90                            | ТТК №5       |                     |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ     | 250          | 3,92             | 9,89    | 13,28       | 157,81                           | ТТК №47      |                     |
| ПЕЛЬМЕНИ ОТВАРНЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 250          | 19,26            | 22,46   | 65,16       | 539,82                           | ТТК №116     |                     |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ                 | 200          | 0,01             | 0,00    | 10,71       | 42,81                            | ТТК №241     |                     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                        | 20           | 1,58             | 0,20    | 9,66        | 47,30                            | ТТК №6       |                     |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                      | 30           | 1,78             | 0,35    | 11,61       | 57,33                            | ТТК №7       |                     |
| Итого за прием пищи:                  | 850          | 28,01            | 33,00   | 118,96      | 885,97                           |              |                     |

Зав. производством

*И.И.Иванова*

Согласовано



Утверждаю: ООО Виво Маркет

Дюрина К.В.

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

11 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда                      | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|-----------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
|                                                     |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |              |                     |
| Обед                                                |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ                                      | 100          | 1,07             | 0,00    | 2,33        | 13,58                            | ТТК №2       |                     |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ                            | 250          | 2,68             | 6,35    | 13,41       | 121,51                           | ТТК №204     |                     |
| ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ И КУРИЦЕЙ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 200          | 15,96            | 19,11   | 56,82       | 463,11                           | ТТК №564     |                     |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                       | 200          | 0,10             | 0,03    | 10,67       | 42,57                            | ТТК №302     |                     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                      | 50           | 3,83             | 0,49    | 23,43       | 113,98                           | ТТК №6       |                     |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                    | 60           | 3,66             | 0,72    | 23,94       | 118,20                           | ТТК №7       |                     |
| ПЕЧЕНЬЕ                                             | 20           | 1,16             | 3,69    | 8,38        | 71,37                            | ТТК №473     |                     |
| Итого за прием пищи:                                | 880          | 28,46            | 30,49   | 138,20      | 942,12                           |              |                     |
| Зав. производством: <i>С.В. Галимова</i>            |              |                  |         |             |                                  |              |                     |

Зав. производством

*С.С. Якимов*

Согласовано



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



Утверждает: ООО Виво Маркет  
Гуркина К.В.

12 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда           | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
|                                          |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |              |                     |
| Обед                                     |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                            | 100          | 0,78             | 0,10    | 1,66        | 12,65                            | ТТК №1       |                     |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 250          | 3,48             | 12,60   | 20,78       | 210,44                           | ТТК №46      |                     |
| РАГУ ИЗ ПТИЦЫ                            | 200          | 13,83            | 15,70   | 26,10       | 301,02                           | ТТК №71      |                     |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                  | 200          | 0,15             | 0,04    | 10,82       | 44,22                            | ТТК №301     |                     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                           | 60           | 4,74             | 0,60    | 28,98       | 141,00                           | ТТК №6       |                     |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                         | 60           | 3,66             | 0,72    | 23,94       | 118,20                           | ТТК №7       |                     |
| Итого за прием пищи:                     | 870          | 26,66            | 29,76   | 112,32      | 825,78                           |              |                     |
| Зав. производством                       | Итого        |                  |         |             |                                  |              |                     |

Зав. производством

*Ибрагимова*