

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



1 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|---|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Обед | | | | | | | |
| СВЕКЛА ОТВАРНАЯ ТТК №5 | 60 | 0,60 | 0,06 | 5,10 | 24,40 | ТТК №5 | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) ТТК №43 | 200 | 6,08 | 4,56 | 16,00 | 130,40 | ТТК №43 | |
| КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61 | 90 | 10,50 | 14,40 | 14,20 | 261,50 | ТТК №61 | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №129 | 150 | 5,10 | 9,15 | 34,20 | 244,50 | ТТК №129 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №241 | 200 | 0,18 | 0,00 | 15,00 | 58,00 | ТТК №241 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6 | 30 | 2,40 | 0,30 | 14,50 | 71,00 | ТТК №6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №7 | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,33 | ТТК №7 | |
| Итого за прием пищи: | 770 | 27,50 | 28,95 | 112,36 | 859,13 | | |

Зав. производством *Алексеева НВ*



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



2 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Обед | | | | | | | |
| КАПУСТА КВАШЕНАЯ | 60 | 0,90 | 0,06 | 5,10 | 24,40 | ТТК №3 | |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47 | 200 | 1,60 | 3,00 | 8,00 | 70,40 | ТТК №47 | |
| КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62 | 90 | 9,60 | 14,60 | 14,40 | 232,60 | ТТК №62 | |
| КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) ТТК №130 | 150 | 4,50 | 6,20 | 29,90 | 178,50 | ТТК №130 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302 | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 58,00 | ТТК №302 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6 | 40 | 3,16 | 0,40 | 19,32 | 94,67 | ТТК №6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №7 | 60 | 3,96 | 0,72 | 20,04 | 104,00 | ТТК №7 | |
| Итого за прием пищи: | 800 | 23,92 | 24,98 | 111,76 | 762,57 | | |

Зав. производством *Алексеева ИВ*



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

3 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|-------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Обед | | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | | | | | | | |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46 | 60 | 0,47 | 0,06 | 0,99 | 7,60 | ТТК №4 | |
| РАГУ ИЗ ПТИЦЫ ТТК 71 | 200 | 1,92 | 4,52 | 12,56 | 96,80 | ТТК №46 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301 | 160 | 12,40 | 17,50 | 22,20 | 306,30 | ТТК №71 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6 | 200 | 0,30 | 0,00 | 15,20 | 60,00 | ТТК №301 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №7 | 60 | 4,74 | 0,60 | 28,98 | 142,00 | ТТК №6 | |
| Итого за прием пищи: | 60 | 3,96 | 0,72 | 20,04 | 104,00 | ТТК №7 | |
| | 740 | 23,79 | 23,40 | 99,97 | 716,70 | | |

Зав. производством *Алексеева Н.В.*



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

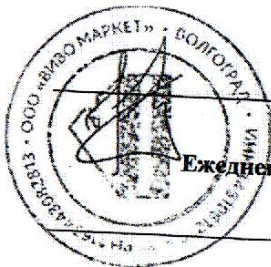


4 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|--------------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Обед | | | | | | | |
| СВЕКЛА ОТВАРНАЯ ТТК №5 | 60 | 0,60 | 0,06 | 5,10 | 24,40 | ТТК №5 | |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ ТТК №204 | 200 | 1,50 | 1,80 | 9,70 | 60,70 | ТТК №204 | |
| ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ ТТК №38 | 90 | 10,25 | 16,30 | 19,50 | 246,30 | ТТК №38 | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №129 | 150 | 5,10 | 9,15 | 34,20 | 244,50 | ТТК №129 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №241 | 200 | 0,18 | 0,00 | 15,00 | 58,00 | ТТК №241 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6 | 30 | 2,40 | 0,30 | 14,50 | 71,00 | ТТК №6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №7 | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,00 | ТТК №7 | |
| Итого за прием пищи: | 760 | 22,01 | 27,97 | 108,02 | 756,90 | | |

Зав. производством

Александрова НВ



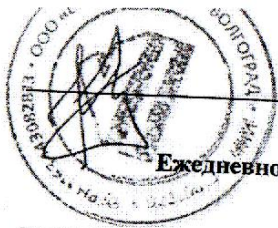
Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеда) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ г.Волгограда



5 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|---|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Обед | | | | | | | |
| КАПУСТА КВАШЕНАЯ | | | | | | | |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47 | 60 | 0,90 | 0,06 | 5,10 | 24,40 | ТТК №3 | |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67 | 200 | 1,60 | 3,00 | 8,00 | 70,40 | ТТК №47 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302 | 150 | 15,00 | 19,00 | 27,40 | 312,00 | ТТК №67 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6 | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 58,00 | ТТК №302 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №7 | 55 | 4,35 | 0,55 | 26,57 | 130,14 | ТТК №6 | |
| Итого за прием пищи: | 55 | 3,63 | 0,66 | 18,70 | 95,33 | ТТК №7 | |
| Зав. производством | 720 | 25,68 | 23,27 | 100,77 | 690,27 | | |

Зав. производством *Алексеева ИВ ИВ*



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

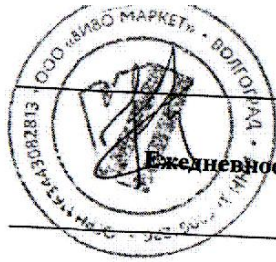


7 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|--------------------------------------|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|--------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Обед | | | | | | | |
| ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ | 60 | 0,64 | 0,00 | 1,40 | 8,15 | ТТК №27 | |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ ТТК №204 | 200 | 1,50 | 1,80 | 9,70 | 60,70 | ТТК №204 | |
| КОТЛЕТА РЫБНАЯ (минтай) ТТК №77 | 90 | 10,2 | 11,3 | 11,3 | 199,2 | ТТК №77 | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №129 | 150 | 5,10 | 9,15 | 34,20 | 244,50 | ТТК №129 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №241 | 200 | 0,18 | 0,00 | 15,00 | 58,00 | ТТК №241 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6 | 30 | 2,40 | 0,30 | 14,50 | 71,00 | ТТК №6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №7 | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,00 | ТТК №7 | |
| Итого за прием пищи: | 760 | 22,00 | 22,91 | 96,12 | 693,55 | | |

Зав. производством

Алексеева НВ



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



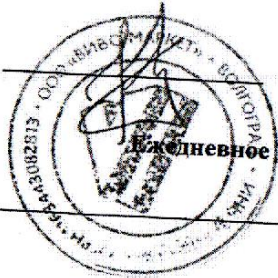
Утверждаю

Директор И.И. Свиридова
М.П. С. 14.08.2014

8 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Обед | | | | | | | |
| КАПУСТА КВАШЕНАЯ | 60 | 0,90 | 0,06 | 5,10 | 24,40 | ТТК №3 | |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46 | 200 | 1,92 | 4,52 | 12,56 | 96,80 | ТТК №46 | |
| ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ ТТК №38 | 90 | 10,25 | 16,30 | 19,50 | 246,30 | ТТК №38 | |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) ТТК №377 | 150 | 4,75 | 3,70 | 25,32 | 148,16 | ТТК №377 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302 | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 58,00 | ТТК №302 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6 | 40 | 3,16 | 0,40 | 19,32 | 94,67 | ТТК №6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №7 | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,33 | ТТК №7 | |
| Итого за прием пищи: | 780 | 23,82 | 25,46 | 110,16 | 737,66 | | |

Зав. производством *Алексеева НВ*



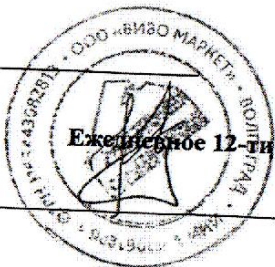
Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеда) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ г.Волгограда



9 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|---|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Обед | | | | | | | |
| СВЕКЛА ОТВАРНАЯ ТТК №5 | 60 | 0,60 | 0,06 | 5,10 | 24,40 | ТТК №5 | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) ТТК №43 | 200 | 6,08 | 4,56 | 16,00 | 130,40 | ТТК №43 | |
| ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66 | 150 | 12,60 | 17,00 | 18,60 | 289,00 | ТТК №66 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301 | 200 | 0,30 | 0,00 | 15,20 | 60,00 | ТТК №301 | |
| 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 | |
| Итого за прием пищи: | 730 | 28,28 | 22,94 | 103,92 | 749,80 | | |

Зав. производством *Александров А.В. Ефев*

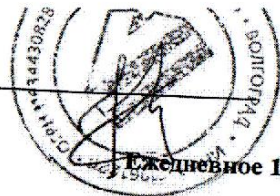


Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеда) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ г.Волгограда

10 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|---|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Обед | | | | | | | |
| ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ | 60 | 0,64 | 0,00 | 1,40 | 8,15 | ТТК №27 | |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47 | 200 | 1,60 | 3,00 | 8,00 | 70,40 | ТТК №47 | |
| КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61 | 90 | 10,50 | 14,40 | 14,20 | 261,50 | ТТК №61 | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №129 | 150 | 5,10 | 9,15 | 34,20 | 244,50 | ТТК №129 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №241 | 200 | 0,18 | 0,00 | 15,00 | 58,00 | ТТК №241 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6 | 20 | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 47,30 | ТТК №6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №7 | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,00 | ТТК №7 | |
| ПЕЧЕНЬЕ | 20 | 1,50 | 1,90 | 14,50 | 80,90 | | |
| Итого за прием пищи: | 770 | 23,08 | 29,01 | 106,98 | 822,75 | | |

Зав. производством *Александрова Н.В.*



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

11 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|--------------------------------------|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|--------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Обед | | | | | | | |
| КАПУСТА КВАШЕНАЯ | 60 | 0,90 | 0,06 | 5,10 | 24,40 | ТТК №3 | |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ ТТК №28 | 200 | 1,70 | 3,00 | 10,70 | 75,00 | ТТК №28 | |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67 | 150 | 15,00 | 19,00 | 27,40 | 312,00 | ТТК №67 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302 | 180 | 0,18 | 0,00 | 13,50 | 52,20 | ТТК №302 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6 | 50 | 3,95 | 0,50 | 21,15 | 118,33 | ТТК №6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №7 | 60 | 3,96 | 0,72 | 20,04 | 104,00 | ТТК №7 | |
| Итого за прием пищи: | 700 | 25,69 | 23,28 | 97,89 | 685,93 | | |

Зав. производством *Александров НВ*