

Утверждаю _____



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

23 10 23

1 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 | 100 | 1,05 | 0,10 | 8,50 | 40,70 | ТТК №5 | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) ТТК №43 | 250 | 7,30 | 5,70 | 20,00 | 163,00 | ТТК №43 | |
| КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61 | 100 | 11,70 | 16,00 | 14,60 | 290,60 | ТТК №61 | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №129 | 180 | 6,12 | 10,98 | 41,04 | 293,40 | ТТК №129 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №241 | 200 | 0,18 | 0,00 | 15,00 | 58,00 | ТТК №241 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6 | 40 | 3,16 | 0,40 | 19,32 | 94,67 | ТТК №6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №7 | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,00 | ТТК №7 | |
| Итого за прием пищи: | 900 | 31,49 | 33,54 | 128,48 | 992,37 | | |

Зав. производством _____



Утверждаю _____

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

24 10 23

2 день

| Прим пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|--------------|---------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Обед | | | | | | | |
| КАПУСТА КВАШЕНАЯ | 100 | 1,50 | 0,10 | 8,50 | 40,70 | ТТК №3 | |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47 | 250 | 2,00 | 4,30 | 10,00 | 88,00 | ТТК №47 | |
| КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПИЩИ ТТК №62 | 100 | 10,70 | 16,20 | 16,00 | 258,40 | ТТК №62 | |
| КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) ТТК №130 | 180 | 5,40 | 7,40 | 35,90 | 214,20 | ТТК №130 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302 | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 58,00 | ТТК №302 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6 | 45 | 3,56 | 0,45 | 21,74 | 106,50 | ТТК №6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №7 | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,33 | ТТК №7 | |
| Итого за прием пищи: | 915 | 26,00 | 28,93 | 120,50 | 835,13 | | |

Зав. производством _____



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

25.10.23

Утверждаю _____

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 | 100 | 0,78 | 0,10 | 1,66 | 12,65 | ТТК №4 | |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46 | 250 | 2,40 | 5,30 | 15,70 | 121,00 | ТТК №46 | |
| РАГУ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №71 | 210 | 16,30 | 23,00 | 31,40 | 402,00 | ТТК №71 | |
| 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: | 880 | 28,48 | 29,72 | 112,98 | 841,65 | | |

Зав. производством _____



Утверждаю _____

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

4 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 | 100 | 1,05 | 0,10 | 8,50 | 40,70 | ТТК №5 | |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ ТТК №204 | 250 | 2,00 | 2,30 | 12,10 | 75,90 | ТТК №204 | |
| ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ ТТК №38 | 100 | 10,56 | 18,10 | 25,90 | 273,70 | ТТК № 38 | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №129 | 180 | 6,12 | 10,98 | 41,04 | 293,40 | ТТК №129 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №241 | 200 | 0,18 | 0,00 | 15,00 | 58,00 | ТТК №241 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6 | 40 | 3,16 | 0,40 | 19,32 | 94,67 | ТТК №6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ ТТК №7 | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,33 | ТТК №7 | |
| Итого за прием пищи: | 910 | 25,71 | 32,36 | 135,22 | 905,70 | | |

За производство _____



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

27 10 23

Утверждаю _____

5 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 | 100 | 1,50 | 0,10 | 8,50 | 40,70 | ТТК №3 | |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47 | 250 | 2,00 | 4,30 | 10,00 | 88,00 | ТТК №47 | |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67 | 200 | 18,30 | 23,60 | 42,90 | 426,00 | ТТК №67 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302 | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 58,00 | ТТК №302 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6 | 50 | 3,95 | 0,50 | 21,15 | 118,33 | ТТК №6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №7 | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,33 | ТТК №7 | |
| Итого за прием пищи: | 840 | 28,59 | 28,98 | 110,91 | 800,36 | | |

Зав. производством _____