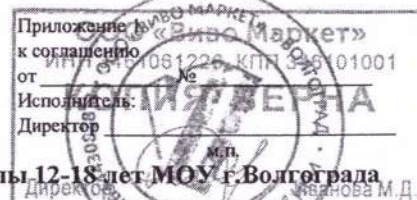


Заказчик:
Директор



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

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
1 день						
Обед						
ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ	100					ТТК №27
СУП С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	250					ТТК №43
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	100					ТТК №63
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180					203
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ	200					392
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45					ТТК №6
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40					ТТК №7
Итого за прием пищи:	915	34,60	26,81	126,64	865,13	
2 день						
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100					41
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	250					ТТК №47
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100					ТТК №62
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	200					302
ЧАЙ С САХАРОМ	200					392
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					ТТК №6
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40					ТТК №7
Итого за прием пищи:	930	29,60	35,38	107,58	871,10	
3 день						
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	100					ТТК №4
СУП С КРУПОЙ (перловая)	250					ТТК №45
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	210					ТТК №71
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200					393
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50					ТТК №6
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50					ТТК №7
Итого за прием пищи:	860	28,55	29,60	107,25	817,99	
4 день						
Обед						
ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ	100					ТТК №27
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250					ТТК №46
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	100					ТТК №38
ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ (ГОРОХ)	180					199
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ	180					392
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					ТТК №6
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	30					ТТК №7
Итого за прием пищи:	870	40,69	28,70	118,03	892,24	

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

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100					41
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	250					ТТК №47
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200					ТТК №67
ЧАЙ С САХАРОМ	200					392
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					ТТК №6
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40					ТТК №7
Итого за прием пищи:	830	29,60	35,48	100,58	839,30	

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	100					ТТК №4
СУП С КРУПОЙ (рисовая)	250					ТТК №44
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	200					ТТК №66
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200					393
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60					ТТК №6
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	60					ТТК №7
Итого за прием пищи:	870	29,20	29,42	109,12	839,05	

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Обед						
ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ	100					ТТК №27
СУП С КРУПОЙ (перловая)	250					ТТК №45
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	100					ТТК №38
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	200					302
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ	200					392
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50					ТТК №6
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50					ТТК №7
Итого за прием пищи:	950	28,83	31,60	127,75	919,39	

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100					41
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250					ТТК №46
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200					ТТК №67
ЧАЙ С САХАРОМ	200					392
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					ТТК №6
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40					ТТК №7
Итого за прием пищи:	830	30,00	36,48	106,28	872,30	

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

9 день						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	100					ТТК №4
СУП С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	250					ТТК №43
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200					ТТК №71
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200					393
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50					ТТК №6
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50					ТТК №7
Итого за прием пищи:	850	33,55	29,00	103,75	839,09	

10 день						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Обед						
ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ	100					ТТК №27
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	250					ТТК №47
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	100					ТТК №63
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180					203
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ	180					392
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35					ТТК №6
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	35					ТТК №7
ПЕЧЕНЬЕ	20					
Итого за прием пищи:	900	29,23	27,10	124,64	838,66	

11 день						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100					41
СУП С КРУПОЙ (перловая)	250					ТТК №45
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	100					ТТК №38
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	200					302
ЧАЙ С САХАРОМ	200					392
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					ТТК №6
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50					ТТК №7
Итого за прием пищи:	940	27,66	36,40	120,42	929,23	

12 день						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	100					ТТК №4
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250					ТТК №46
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	200					ТТК №66
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200					393
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60					ТТК №6
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	60					ТТК №7
Итого за прием пищи:	870	29,70	29,52	108,12	836,05	

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	б	ж	уг	ккал
Итого за период	371,21	375,49	1 360,16	10 359,53
Среднее значение за период	30,93	31,29	113,35	863,29
Соотношение пищевых веществ	1	1	4	