



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

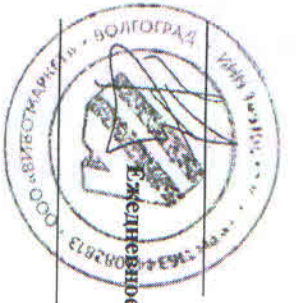


1 день

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	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	
КОГДЕТЫ, ВИТОЧКИ, ПИЦЦЕЛЛИ 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

Вед. Демченко



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



2 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	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 ПИЦЦЫ ТТК №62	100	10,70	16,20	16,00	258,40	ТТК №62	
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗАЯ (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 ПЕКЛЕВАНЫЙ 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

Вас. Семеновна



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

3 день



Присм 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 ПЕКСЕВАННЫЙ ТТК №7	60	3,96	0,72	20,04	104,00	ТТК №7	
Итого за присм пищи:	880	28,48	29,72	112,98	841,65		

Зав. производством *В.И. Зверева*



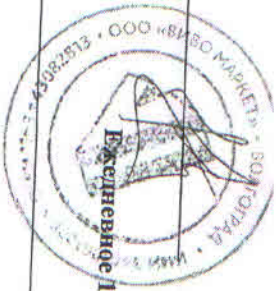
Распечатанное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеды) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ г.Волгограда



4 день

Прем нищ, 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		
РАССОЛЫНИК 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 ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №7	40	2,64	0,48	13,36	69,33	ТТК №7		
Итого за прием нищи:	910	25,71	32,36	135,22	905,70			

Зав. производством *Вед. Зверинская*

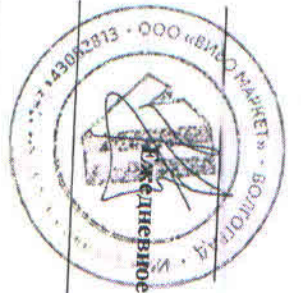


Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеды) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ г. Волгодрада

Утверждено
 [Signature]
 [Signature]

5 день

Присм пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		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	
ПЮФВ 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 присм пищи:	840	28,59	28,98	110,91	800,36		
Заа. производством	[Signature]						



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

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
СУП С КРУПНОЙ (рисовая) ТТК №44	100	0,78	0,10	1,66	12,65	ТТК №4	
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	250	1,60	4,50	16,40	112,90	ТТК №44	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301	200	15,70	23,10	27,50	378,50	ТТК №66	
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 №6	
Итого за прием пищи:	870	27,08	29,02	109,78	810,05	ТТК №7	

Зав. производством

В.И. Волочкова



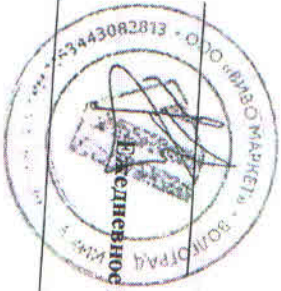
Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеды) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ г.Волгограда



7 день

Прем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ПОМИДОР СОЛЕНЫЙ							
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ ТТК №204	100	1,07	0,00	2,33	13,58	ТТК №27	
КОТЛЕТА РЫБНАЯ (минтай) ТТК №77	250	2,00	2,30	12,10	75,90	ТТК №204	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №129	100	11,2	12,6	12,4	208,4	ТТК №77	
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №241	180	6,12	10,98	41,04	293,40	ТТК №129	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	200	0,18	0,00	15,00	58,00	ТТК №241	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №7	50	3,95	0,50	21,15	118,33	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	930	27,82	26,98	120,72	854,27	ТТК №7	

Зав. производством *Ведь Шишенико*



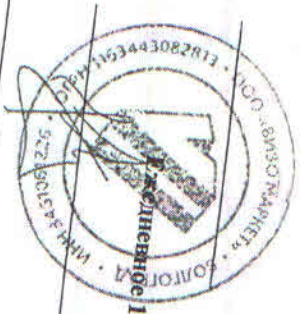
12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеда) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ г. Волгограда

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								
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46	100	1,30	0,10	8,50	40,70	ТТК №3		
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ ТТК №38	250	2,40	5,30	15,70	121,00	ТТК №46		
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЖКАЯ (ГАРНИР) ТТК №377	100	10,56	18,10	25,90	273,70	ТТК №38		
ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302	180	5,70	4,70	30,40	177,80	ТТК №302		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	200	0,20	0,00	15,00	58,00	ТТК №6		
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №7	40	3,16	0,40	19,32	94,67	ТТК №7		
Итого за прием пищи:	40	2,64	0,48	13,36	69,33			
Итого за прием пищи:	910	26,16	29,08	128,18	833,20			

Зав. производством

В.В. Демченко



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

9 день

Присл. 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	
ПТИЦА, ГУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ (ГОРОХ) ТТК №43	250	7,30	5,70	20,00	163,00	ТТК №43	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №66	200	15,70	23,10	27,50	378,50	ТТК №66	
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:	870	33,05	30,22	120,22	888,20	ТТК №7	

Зав. производством *Варя Земченкова*



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

Утверждаю
 Руководитель
 И.В. Давыдова

10 день

Прим пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ПОМИДОР СОЛЕНЫЙ							
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47	100	1,07	0,00	2,33	13,58	ТТК №27	
КОТЛЕТЫ, ВЯЛОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	250	2,00	4,30	10,00	88,00	ТТК №47	
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №129	100	11,70	16,00	14,60	290,60	ТТК №61	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	180	6,12	10,98	41,04	293,40	ТТК №129	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №7	200	0,18	0,00	15,00	58,00	ТТК №241	
ПЕЧЕНЬЕ	35	2,60	0,30	16,90	82,80	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	20	1,98	0,36	10,02	52,00	ТТК №7	
Зав. производством	915	27,15	33,84	124,39	959,28		

Вед. Заведующей



Утверждаю
 М.В. Давыдова
 М.В. Давыдова

11 день

Прим. пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	100	1,50	0,10	8,50	40,70	ТТК №3	
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ ТТК №28	250	2,10	3,80	13,40	93,80	ТТК №28	
ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302	200	18,30	23,60	42,90	426,00	ТТК №67	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	40	0,20	0,00	15,00	58,00	ТТК №302	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №7	50	3,16	0,40	19,32	94,67	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	840	28,56	28,50	115,82	799,83	ТТК №7	

Зав. производством
 В.В. Давыдова



Утверждено *Д.А. Давыдов*
 11.02.2018 г. *М.А. Давыдов*
 Директор МУЗ "Центр здоровья" С.И.И.И.
 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеды) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ г. Волгограда

12 день

Прим 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	
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №71	250	2,40	5,30	15,70	121,00	ТТК №46	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301	200	15,50	21,90	29,90	382,90	ТТК №71	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	200	0,30	0,00	15,20	60,00	ТТК №301	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ 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	
Итого за прием пищи:	870	27,95	28,62	118,32	850,60		

Зав. производством *Вас. Давыдов*