

Одобрено
 Руководитель
 А.В. Мамкин

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеда) обучающихся возрастной группой 4-11 лет МОУ г. Волгограда

I Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
ВЕТКА С МАСЛОМ	60	0,84	3,55	4,98	55,23	ТТК №543	
ПЕШЕНОЕ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	200	5,87	8,21	14,86	156,81	ТТК №43	
ПЕШЕНОЕ ДОМАШНЯЯ	90	9,83	13,25	12,20	207,37	ТТК №896	
ПЕШЕНОЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,56	2,91	25,87	151,91	ТТК №129	
ПЕШЕНОЕ С САХАРОМ КАРКАДЕ	200	0,01	0,00	10,71	42,81	ТТК №241	
ПЕШЕНОЕ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,49	70,50	ТТК №6	
ПЕШЕНОЕ ПЕЧЕННЫЙ	40	2,37	0,47	15,48	76,44	ТТК №7	
того за прием пищи:	770	26,85	28,69	98,59	761,07		

в. производством

гласовано
 директор МОУ Лицей №6
 С.В. Р. Маймин

Утверждаю: ООО Виво Маркет
 Тюркина К.В.

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

2 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
СУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	0,48	0,06	1,02	7,80	ТТК №4	
и ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	2,55	7,92	10,45	123,28	ТТК №47	
ПРКОЕ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ	150	12,10	10,27	18,51	214,87	ТТК №48	
И С САХАРОМ	200	0,10	0,03	10,67	42,57	ТТК №302	
ЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,74	0,60	28,98	141,00	ТТК №6	
ЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	60	3,66	0,72	23,94	118,20	ТТК №7	
ЧЕНЬЕ	20	1,16	3,69	8,38	71,37	ТТК №473	
того за прием пищи:	750	24,79	23,29	101,95	719,09		

г. производством



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

3 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
ПУСТА КВАШЕНАЯ С МАСЛОМ	60	1,00	3,60	0,80	39,70	ТТК №179	
П С КРУПОЙ (рисовая)	200	2,76	9,84	8,89	135,16	ТТК №44	
ПЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ	150	10,17	11,92	24,42	245,64	ТТК №468	
П С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,15	0,04	10,82	44,22	ТТК №301	
ПЕ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,74	0,60	28,98	141,00	ТТК №6	
ПЕ ПЕКЛЕВАННЫЙ	60	3,66	0,72	23,94	118,20	ТТК №7	
того за прием пищи:	730	22,48	26,72	97,85	723,92		

г. производством



Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеда) обучающихся возрастной группы №11 лет МОУ «Волгоград

4 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
Омлет с маслом	60	0,84	3,55	4,98	55,23	ТТК №543	
Сосиски Ленинградский	200	2,34	5,05	10,11	95,25	ТТК №204	
Пюре картофельное из картофеля	90	9,68	12,93	9,56	193,33	ТТК №62	
Картофельные изделия отварные	150	5,56	2,91	25,87	151,91	ТТК №129	
Сметана 20%	200	0,01	0,00	10,71	42,81	ТТК №241	
Хлеб пшеничный	60	4,74	0,60	28,98	141,00	ТТК №6	
Чай сладкий	30	1,78	0,35	11,61	57,33	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	790	24,95	25,39	101,82	736,86		

производством _____



Выво Маркет
Тюрина К.В.

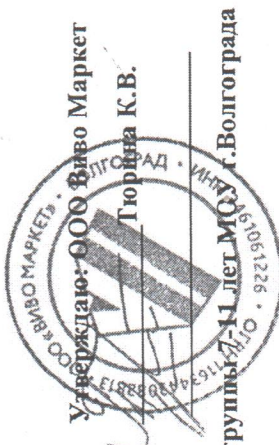
Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеда) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ г.Волгограда

5 Вариант

Присм пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
ОТВАРНАЯ	60	0,87	0,06	5,12	24,44	ТТК №5	
И ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	2,55	7,92	10,45	123,28	ТТК №47	
ОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	13,00	14,64	31,57	310,04	ТТК №67	
Й С САХАРОМ	200	0,10	0,03	10,67	42,57	ТТК №302	
ЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,83	0,49	23,43	113,98	ТТК №6	
ЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	2,96	0,58	19,35	95,55	ТТК №7	
ого за прием пищи:	710	23,31	23,72	100,59	709,86		

и, производством

Утверждено
 12.04.2018
 12.04.2018
 12.04.2018



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

6 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
УРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	0,48	0,06	1,02	7,80	ТТК №4	
П С КРУПОЙ (рисовая)	200	2,76	9,84	8,89	135,16	ТТК №44	
ФРИТТИ С КАРТОФЕЛЕМ И КУРИЦЕЙ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150	12,21	16,69	42,60	369,45	ТТК №564	
С С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,15	0,04	10,82	44,22	ТТК №301	
БЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,16	0,40	19,32	94,00	ТТК №6	
БЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	60	3,66	0,72	23,94	118,20	ТТК №7	
того за прием пищи:	710	22,42	27,75	106,59	768,83		

производством _____

гласовано
 10.11.2017
 10.11.2017
 10.11.2017



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

7 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
ДИДОР СОЛЕННЫЙ	60	0,64	0,06	0,93	9,31	ТТК №27	
Щ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,20	8,84	8,44	118,12	ТТК №28	
ПЛЕТА РЫБНАЯ (минтай)	90	10,7	9,18	12,64	175,98	ТТК №77	
ЩА РИСОВАЯ С ОВОЩАМИ	150	3,83	4,23	39,25	210,46	ТТК №180	
Щ С САХАРОМ КАРКАДЕ	200	0,01	0,00	10,71	42,81	ТТК №241	
СНЕКТАР В АССОРТИМЕНТЕ	200	0,97	0,19	19,59	83,42	ТТК №343	
Щ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,49	70,50	ТТК №6	
Щ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,37	0,47	15,48	76,44	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	970	22,09	23,27	121,53	787,04		

производством _____

согласовано
 директор МОУ Лицей № 1
 А.В. Маймин

Утверждаю: ООО Виво Маркет
 Гуркина К.В.

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

8 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
ПУСТА КВАШЕНАЯ С МАСЛОМ	60	1,00	3,60	0,80	39,70	ТТК №179	
ПТИЦА КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,79	10,07	16,59	176,15	ТТК №46	
ПЕЧЕНЬ ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ	150	10,17	11,92	24,42	245,64	ТТК №468	
ПЕЧЕНЬ С САХАРОМ	200	0,10	0,03	10,67	42,57	ТТК №302	
ПЕЧЕНЬ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,16	0,40	19,32	94,00	ТТК №6	
ПЕЧЕНЬ ПЕКЛЕВАННЫЙ	60	3,66	0,72	23,94	118,20	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	710	22,88	26,74	95,74	716,26		

г. производством _____

Удостоверено: 0001
группы 7-11 лет МОУ

Удостоверено: 0001
группы 7-11 лет МОУ

Удостоверено: 0001
группы 7-11 лет МОУ

Удостоверено: 0001
группы 7-11 лет МОУ

Удостоверено: 0001
группы 7-11 лет МОУ

Удостоверено: 0001
группы 7-11 лет МОУ

Одобрено
 Директор МОУ Личей №6
 А.В. Майник

Утверждено: ООО Виво Маркет
 Г.В. Юрина К.В.

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

10 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
ОТВАРНАЯ	60	0,87	0,06	5,12	24,44	ТТК №5	
И ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	2,55	7,92	10,45	123,28	ТТК №47	
ОТВАРНЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200	15,36	17,89	52,13	430,97	ТТК №116	
И С САХАРОМ КАРКАДЕ	200	0,01	0,00	10,71	42,81	ТТК №241	
В ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,66	47,30	ТТК №6	
В ПЕКЛЕВАННЫЙ	30	1,78	0,35	11,61	57,33	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	710	22,15	26,42	99,68	726,13		

производством



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

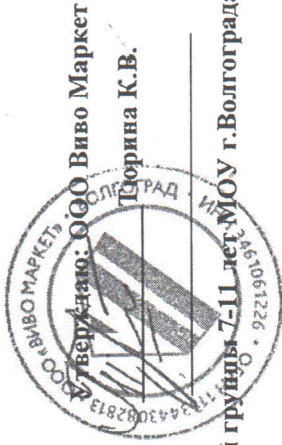
11 Вариант

Примем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
МИДИОР СОЛЕННЫЙ	60	0,64	0,06	0,93	9,31	ТТК №27	
ССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	2,34	5,05	10,11	95,25	ТТК №204	
ТРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ И КУРИЦЕЙ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150	12,21	16,69	42,60	369,45	ТТК №564	
И С САХАРОМ	180	0,09	0,02	9,60	38,32	ТТК №302	
ЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,16	0,40	19,32	94,00	ТТК №6	
ЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	60	3,66	0,72	23,94	118,20	ТТК №7	
ЧЕНЬЕ	20	1,16	3,69	8,38	71,37	ТТК №473	
того за примем пищи:	710	23,26	26,63	114,88	795,90		

производством _____



гласовано
МОУ МЦСБ
А.В. Майоров



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

12 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
СУП СОЛЕННЫЙ	60	0,48	0,06	1,02	7,80	ТТК №4	
ПЕЧЕНЬ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,79	10,07	16,59	176,15	ТТК №46	
СУП ИЗ ПТИЦЫ	150	10,38	11,80	17,35	217,12	ТТК №71	
САХАР И ЛИМОНОМ	200	0,15	0,04	10,82	44,22	ТТК №301	
ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,74	0,60	28,98	141,00	ТТК №6	
ПЕЧЕНЬ	60	3,66	0,72	23,94	118,20	ТТК №7	
Всего за прием пищи:	730	24,20	23,29	98,70	704,49		

производством _____