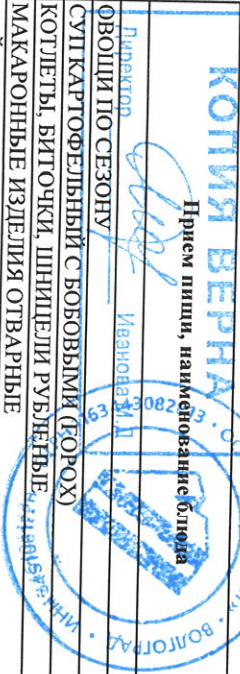


ООП «2-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеды) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ г. Волгодонска»
 ИНН 3461061226, КПП 346101001



Овоши по сезону	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	60					Сборник рецептов или ТТК
КОГТЕЛЫ. ВИТОЧКИ. ШНИПЕЛИ РУБЕЖНЫЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	90					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ	150					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	760	28,28	28,99	111,98	860,75	Сборник рецептов или ТТК

Овоши по сезону	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
ПИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	60					Сборник рецептов или ТТК
КОГТЕЛЫ РУБЕЖНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	200					Сборник рецептов или ТТК
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗАЯ (ГАРНИР)	90					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ	150					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	800	24,22	25,46	110,66	762,17	Сборник рецептов или ТТК

Овоши по сезону	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	60					Сборник рецептов или ТТК
РАУ ИЗ ПТИЦЫ	200					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	160					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	60					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	740	23,79	23,12	99,97	716,70	Сборник рецептов или ТТК

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

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПКОЙ (перловая)	60					Сборник рецептов или ТТК
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	200					Сборник рецептов или ТТК
ПОРЕ ИЗ БОБОВЫХ (ГОРОХ)	90					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ	150					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	30					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	30					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	760	26,96	23,82	96,31	752,75	
5 день						
Прием пищи, наименование блюда						
Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	60					Сборник рецептов или ТТК
ПЛОД ИЗ ПТИЦЫ	200					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ	150					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	55					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	720	26,28	23,75	99,67	689,87	
6 день						
Прием пищи, наименование блюда						
Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ						
СУП С КРУПКОЙ (рисовая)	60					Сборник рецептов или ТТК
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	200					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	160					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	60					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	740	24,17	23,18	98,15	698,50	

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

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	7 день				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Обед					
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал		
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПКОЙ (перловая)	60					Сборник рецептур или ТТК	
КОГТЕТА РЫБНАЯ (минтай)	200					Сборник рецептур или ТТК	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	90					Сборник рецептур или ТТК	
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ	150					Сборник рецептур или ТТК	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180					Сборник рецептур или ТТК	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					Сборник рецептур или ТТК	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	30					Сборник рецептур или ТТК	
Итого за прием пищи:	740	21,89	25,27	98,11	724,65		
8 день							
Прием пищи, наименование блюда							
Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ							
СУП С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	60					Сборник рецептур или ТТК	
ПШОВ ИЗ ПТИЦЫ	200					Сборник рецептур или ТТК	
ЧАЙ С САХАРОМ	150					Сборник рецептур или ТТК	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200					Сборник рецептур или ТТК	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45					Сборник рецептур или ТТК	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50					Сборник рецептур или ТТК	
Итого за прием пищи:	705	25,48	24,39	97,40	683,96		
9 день							
Прием пищи, наименование блюда							
Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	60					Сборник рецептур или ТТК	
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200					Сборник рецептур или ТТК	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150					Сборник рецептур или ТТК	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200					Сборник рецептур или ТТК	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60					Сборник рецептур или ТТК	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	60					Сборник рецептур или ТТК	
Итого за прием пищи:	730	27,15	22,54	102,01	731,20		

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

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	10 день			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Пищевые вещества				
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	60					Сборник рецептов или ТТК
КОГТЕЛЫ, ВИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	90					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ	150					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	30					Сборник рецептов или ТТК
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	30					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	20					
		23,85	29,55	110,31	840,65	
11 день						
Обед						
		Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУТОЙ (перловая)	60					Сборник рецептов или ТТК
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	200					Сборник рецептов или ТТК
ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ (ГОРОХ)	90					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ	150					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	30					
		28,31	24,02	102,24	786,47	
12 день						
Обед						
		Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ						
СУП С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	60					Сборник рецептов или ТТК
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЦАМИ	200					Сборник рецептов или ТТК
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200					Сборник рецептов или ТТК
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	60					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	60					
		23,99	22,62	96,37	699,40	
Итого по примерному меню						
		Итого	б	ж	уг	ккал
		Итого за период	304,37	296,71	1 223,18	8 947,07
		Среднее значение за период	25,36	24,73	101,93	745,59
		Соотношение пищевых веществ	1	1	4	