



[Handwritten signature]

ООО Виво Маркет



Утверждаю
Директор
МОУ

[Handwritten signature]

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

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины		№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	С, мг		
Говядина с овощами №278К	200	21,0	35,0	27,2	507,4	11,5	278К	2016
Чай с сахаром №376	200	0,1	0,0	14,8	59,3	0,0	376	2011
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	0,0		
Фрукты свежие (яблоко) №338	150	0,6	0,6	14,3	68,4	9,6	338	2011
Итого за прием пищи:		25,4	35,9	80,6	749,9	21,1		

Зав. производством _____



ООО Виво Маркет



Утверждаю
 Директор
 МОУ *СОШ № 72*

Карков А.А.

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

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины		№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	С, мг		
Плов из птицы №492	200	20,4	25,3	36,5	454,9	2,5	492	2004
Чай с лимоном №377	200	0,2	0,0	15,0	61,6	1,1	377	2011
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,0		
Итого за прием пищи:		23,6	25,5	71,0	608,4	3,6		

Зав. производством _____



ООО Виво Маркет



Утверждаю

Директор

МОУ

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

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины		№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	С, мг		
Каша вязкая молочная рисовая №174	200	5,6	9,8	40,6	273,2	0,2	174	2011
Яйцо вареное вкрутую №337	1	6,3	5,7	0,4	78,5	0,0	337	2004
Чай с молоком №421К	200	1,3	1,0	11,8	61,3	0,1	421	2016
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,0		
Итого за прием пищи:		16,2	16,7	72,3	504,9	0,3		

Зав. производством



ООО Виво Маркет

Утверждаю

Директор

МОУ



МОУ Средняя Школа №72

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

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины		№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	С, мг		
Котлеты, биточки, шницели рубленные №268	100	16,0	22,1	14,6	320,6	0,0	268	2011
Макаронные изделия отварные с маслом №203	180	6,6	6,9	39,9	247,6	0,0	203	2011
Чай с сахаром №376	200	0,1	0,0	14,8	59,3	0,0	376	2011
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,0		
Итого за прием пищи:		25,7	29,2	88,8	719,4	0,0		

Зав. производством _____

ООО Виво Маркет

Утверждаю

Директор

МОУ

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

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины		№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг			
Котлета рыбная (минтай) №388	100	13,7	9,2	15,9	199,7	0,2	388	2004	
Рагу из овощей №224	180	3,3	12,2	16,1	190,0	14,8	224	2004	
Чай с лимоном №377	200	0,2	0,0	15,0	61,6	1,1	377	2011	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	0,0			
Итого за прием пищи:		20,9	21,7	71,3	566,1	16,1			

Зав. производством



ООО Виво Маркет



Утверждаю
Директор
МОУ СИ № 72

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

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины		№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	С, мг		
Запеканка рисовая с творогом со сметаной №315	200/10	11,9	10,1	61,1	382,2	0,1	315	2004
Кофейный напиток на молоке №692	200	2,3	1,3	25,9	123,5	0,1	692	2004
Масло сливочное №96	5	0,0	3,5	0,1	32,1	0,0	96	2004
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	0,0		
Итого за прием пищи:		17,9	15,2	111,4	652,6	0,2		

Зав. производством _____



ООО Виво Маркет



Утверждаю

Директор

МОУ СШ № 72

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

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины		№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	С, мг		
Каша вязкая молочная из риса и пшена Дружба с маслом №175	200	5,4	6,6	34,7	220,3	0,2	175	2011
Сыр (порциями) №15	10	2,2	2,9	0,0	35,3	0,0	15	2011
Чай с молоком №421К	200	1,3	1,0	11,8	61,3	0,1	421	2016
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,0		
Итого за прием пищи:		11,9	10,7	66,0	408,8	0,3		

Зав. производством _____

ООО Виво Маркет

Утверждаю

Директор

МОУ

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

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины		№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	С, мг		
Фрикадельки мясные с соусом №280/330	100/30	15,5	21,0	16,4	316,9	0,3	280/330	2011
Каша гречневая рассыпчатая №341К	180	7,4	5,7	33,4	213,9	0,0	341	2016
Чай с лимоном №377	200	0,2	0,0	15,1	61,9	1,1	377	2011
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	0,0		
Итого за прием пищи:		26,8	27,0	89,2	707,5	1,4		

Зав. производством _____



ООО Виво Маркет

Утверждаю

Директор

МОУ



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

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины		№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	С, мг		
Тефтели с рисом №307К	100	12,5	9,6	14,1	191,6	0,0	307	2016
Макаронные изделия отварные с маслом №203	180	6,6	6,9	39,9	247,6	0,0	203	2011
Соус томатный 30г №363К	30	0,2	0,7	1,5	13,2	0,4	363	2016
Чай с сахаром №376	200	0,1	0,0	14,8	59,3	0,0	376	2011
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,0		
Итого за прием пищи:		22,4	17,4	89,8	603,6	0,4		

Зав. производством



ООО Виво Маркет

Утверждаю

Директор

МОУ



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

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины		№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг			
Котлета рыбная (минтай) №388	100	13,7	9,2	15,9	199,7	0,2	0,2	388	2004
Рис отварной №304	180	4,5	6,5	46,7	263,1	0,0	0,0	304	2011
Чай с молоком №421К	200	1,3	1,0	11,8	61,3	0,1	0,1	421	2016
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,0	0,0		
Итого за прием пищи:		22,5	16,9	93,9	616,0		0,3		

Зав. производством _____

ООО Виво Маркет



Утверждаю

Директор

МОУ СШ №72



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

11 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины		№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг			
Чахохбили №491	100	12,1	13,2	6,7	194,5	5,8	491	2004	
Каша гречневая рассыпчатая №341К	180	7,4	5,7	33,4	213,9	0,0	341	2016	
Чай с лимоном №377	200	0,2	0,0	15,1	61,9	1,1	377	2011	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	0,0			
Фрукты свежие (яблоко) №338	150	0,6	0,6	14,3	68,4	9,6	338	2011	
Итого за прием пищи:		24,0	19,8	93,8	653,5	16,5			

Зав. производством



ООО Виво Маркет

Утверждаю

Директор

МОУ



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

12 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины		№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	С, мг		
Птица, тушеная в соусе с овощами №488	200	16,8	22,6	14,4	329,6	6,3	488	2004
Кофейный напиток на молоке №692	200	2,3	1,3	25,9	123,5	0,1	692	2004
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	0,0		
Итого за прием пищи:		22,8	24,2	64,6	567,9	6,4		

Зав. производством