

ООО Виво Маркет



Утверждаю
Директор
МОУ

А.В. Савов
МОУ № 72

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

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины		№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	С, мг		
Котлета рыбная (минтай) №388	80	10,9	7,3	12,8	159,9	0,1	388	2004
Рагу из овощей №224	150	2,6	10,4	13,5	158,3	12,3	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:		17,4	18,0	65,6	494,6	13,5		

Зав. производством _____



ООО Виво Маркет

Утверждаю

Директор

МОУ

12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгограда

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины		№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг			
Завтрак									
Котлета рыбная (минтай) №388	80	10,9	7,3	12,8	159,9	0,1		388	2004
Рагу из овощей №224	150	2,6	10,4	13,5	158,3		12,3	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:		17,4	18,0	65,6	494,6		13,5		
2-й завтрак									
Пирожок печеный с картофелем №738	100	6,6	3,1	42,4	229,8		2,8	738	2004
Компот из изюма №348	200	0,5	0,1	27,4	112,6		0,0	348	2011
Итого за прием пищи:		7,1	3,2	69,8	342,4		2,8		
Всего:		24,5	21,2	135,4	837,0		16,3		

Зав. производством



ООО Виво Маркет

Утверждаю
 Директор
 МОУ СШ № 72



12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет МОУ Волгограда

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины		№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг			
Завтрак									
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			
2-й завтрак									
Пирожок печеный с картофелем №738	100	6,6	3,1	42,4	229,8	2,8	738	2004	
Компот из изюма №348	200	0,5	0,1	27,4	112,6	0,0	348	2011	
Итого за прием пищи:		7,1	3,2	69,8	342,4	2,8			
Всего:		28,0	24,9	141,1	908,5	18,9			

Зав. производством _____

ООО Виво Маркет



Утверждаю

Директор

МОУ



12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеда) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ 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			
Обед									
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	60	1,3	0,4	7,7	37,0	2,5			
Щи из свежей капусты с картофелем №88	200	1,5	4,0	7,4	72,2	10,0	88	2011	
Плов из птицы №492	150	15,3	19,0	27,4	340,8	2,0	492	2004	
Кисель из концентрата №648	200	0,1	0,0	30,7	126,5	0,0	648	2004	
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,0			
Хлеб пеклеваный	30	1,9	0,3	12,3	59,4	0,0			
Итого за прием пищи:		23,1	23,9	105,0	727,8	14,5			

Зав. производством



ООО Виво Маркет

Утверждаю

Директор

МОУ

12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеда) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ 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		
Обед								
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	100	2,2	0,6	12,8	61,6	4,2		
Щи из свежей капусты с картофелем №88	250	1,9	5,1	9,3	90,5	12,4	88	2011
Плов из птицы №492	200	20,4	25,3	36,5	454,9	2,5	492	2004
Кисель из концентрата №648	200	0,1	0,0	30,7	126,5	0,0	648	2004
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,0		
Хлеб пеклеваный	40	2,5	0,4	16,5	79,2	0,0		
Итого за прием пищи:		30,1	31,6	125,3	904,6	29,0		

Зав. производством _____