

ООО Виво Маркет



Утверждаю  
Директор  
МОУ

№ 12-Б.Ряков  
СМ 2 22

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

3 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			
Каша вязкая молочная рисовая №174	150	4,2	7,2	30,5	205,1	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			
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>14,8</b>	<b>14,1</b>	<b>62,2</b>	<b>436,8</b>	<b>0,3</b>			

Зав. производством \_\_\_\_\_



Утверждаю  
 Директор  
 МОУ СВ № 2



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 рецептур
		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		
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>16,2</b>	<b>16,7</b>	<b>72,3</b>	<b>504,9</b>	<b>0,3</b>		

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

3 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			
<b>Завтрак</b>									
Каша вязкая молочная рисовая №174	150	4,2	7,2	30,5	205,1	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			
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>14,8</b>	<b>14,1</b>	<b>62,2</b>	<b>436,8</b>	<b>0,3</b>			
<b>2-й завтрак</b>									
Пирожок печеный с вишней №406	100	5,9	4,5	46,2	252,9	2,2		406	2011
Напиток из плодов шиповника №388	200	0,7	0,3	20,2	98,1	80,0		388	2011
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>6,6</b>	<b>4,8</b>	<b>66,4</b>	<b>351,0</b>	<b>82,2</b>			
<b>Всего:</b>		<b>21,4</b>	<b>18,9</b>	<b>128,6</b>	<b>787,8</b>	<b>82,5</b>			

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 12-18 лет МОУ Волгограда

3 день

Применение блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины		№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг			
<b>Обед</b>									
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			
Борщ с капустой и картофелем №82	250	2,1	5,0	13,0	105,8	8,8		82	2011
Рагу из птицы №289	200	16,7	19,4	18,6	316,3	10,0		289	2011
Компот из свежих плодов (яблок) №342	200	0,2	0,2	27,5	112,7	1,6		342	2011
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,0			
Хлеб пеклеванный	30	1,9	0,3	12,3	59,4	0,0			
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>26,1</b>	<b>25,7</b>	<b>103,7</b>	<b>747,7</b>	<b>24,6</b>			
<b>Полдник</b>									
Пирожок печеный с вишней №406	100	5,9	4,5	46,2	252,9	2,2		406	2011
Напиток из плодов шиповника №388	200	0,7	0,3	20,2	98,1	80,0		388	2011
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>6,6</b>	<b>4,8</b>	<b>66,4</b>	<b>351,0</b>	<b>82,2</b>			
<b>Всего:</b>		<b>32,7</b>	<b>30,5</b>	<b>170,1</b>	<b>1 098,7</b>	<b>106,8</b>			

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

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг	№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г				
<b>Обед</b>							
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	
Борщ с капустой и картофелем №82	200	1,6	4,0	10,4	84,5	7,1	2011
Рагу из птицы №289	150	12,7	14,6	13,9	237,8	7,6	2011
Компот из свежих плодов (яблок) №342	200	0,2	0,2	27,5	112,7	1,6	2011
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	
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>20,7</b>	<b>19,7</b>	<b>91,3</b>	<b>623,3</b>	<b>18,8</b>	

Зав. производством \_\_\_\_\_



ООО Виво Маркет

Утверждаю

Директор

МОУ

*[Handwritten signature]*  
 СШ № 72 *[Handwritten signature]*  
 СШ № 72



12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеда) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ 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			
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			
Борщ с капустой и картофелем №82	250	2,1	5,0	13,0	105,8	8,8		82	2011
Рагу из птицы №289	200	16,7	19,4	18,6	316,3	10,0		289	2011
Компот из свежих плодов (яблок) №342	200	0,2	0,2	27,5	112,7	1,6		342	2011
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			
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>26,1</b>	<b>25,7</b>	<b>103,7</b>	<b>747,7</b>	<b>24,6</b>			

Зав. производством \_\_\_\_\_