

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         |              |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>    |              | <b>17,4</b>      | <b>18,0</b> | <b>65,6</b>                   | <b>494,6</b> | <b>13,5</b> |              |                  |

Зав. производством \_\_\_\_\_





*[Handwritten signature]*



Утверждаю  
 Директор  
 МОУ *СШ № 72*

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 рецептур |
|--------------------------------|--------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------------|-------------|-----|-------------|------------------|
|                                |              | 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         |     |             |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>    |              | <b>20,9</b>      | <b>21,7</b> | <b>71,3</b> | <b>566,1</b>                  | <b>16,1</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

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    |  |             |                  |
| <b>Завтрак</b>                    |              |                  |             |              |                               |          |  |             |                  |
| 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                         |          |  | 224         | 2004             |
| Чай с лимоном №377                | 200          | 0,2              | 0,0         | 15,0         | 61,6                          |          |  | 377         | 2011             |
| Хлеб пшеничный                    | 50           | 3,7              | 0,3         | 24,3         | 114,8                         |          |  |             |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>       |              | <b>17,4</b>      | <b>18,0</b> | <b>65,6</b>  | <b>494,6</b>                  |          |  | <b>13,5</b> |                  |
| <b>2-й завтрак</b>                |              |                  |             |              |                               |          |  |             |                  |
| Пирожок печеный с картофелем №738 | 100          | 6,6              | 3,1         | 42,4         | 229,8                         |          |  | 738         | 2004             |
| Компот из изюма №348              | 200          | 0,5              | 0,1         | 27,4         | 112,6                         |          |  | 348         | 2011             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>       |              | <b>7,1</b>       | <b>3,2</b>  | <b>69,8</b>  | <b>342,4</b>                  |          |  | <b>2,8</b>  |                  |
| <b>Всего:</b>                     |              | <b>24,5</b>      | <b>21,2</b> | <b>135,4</b> | <b>837,0</b>                  |          |  | <b>16,3</b> |                  |

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       |     |            |                  |
| <b>Завтрак</b>                    |              |                  |             |              |                               |             |     |            |                  |
| 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         |     |            |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>       |              | <b>20,9</b>      | <b>21,7</b> | <b>71,3</b>  | <b>566,1</b>                  | <b>16,1</b> |     |            |                  |
| <b>2-й завтрак</b>                |              |                  |             |              |                               |             |     |            |                  |
| 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       |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>       |              | <b>7,1</b>       | <b>3,2</b>  | <b>69,8</b>  | <b>342,4</b>                  | <b>2,8</b>  |     |            |                  |
| <b>Всего:</b>                     |              | <b>28,0</b>      | <b>24,9</b> | <b>141,1</b> | <b>908,5</b>                  | <b>18,9</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

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         |  |             |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>   |              | <b>23,1</b>      | <b>23,9</b> | <b>105,0</b> | <b>727,8</b>                  | <b>14,5</b> |  |             |                  |

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         |             |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>   |              | <b>30,1</b>      | <b>31,6</b> | <b>125,3</b>                  | <b>904,6</b> | <b>29,0</b> |             |                  |

Зав. производством