



Утверждаю

директор
И.О. Сел. № 123
Колл. Кошарова В.И.

Ежедневное меню

1 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Овощи по сезону (огурцы соленые)	100	0,80	0,10	1,70	11,00	ТТК №438
Щи "Царицынские"	250	7,58	3,61	17,20	135,21	ТТК №624
Биточки «Янтарные»	100	10,75	14,07	15,96	230,02	ТТК №605
Картофельное пюре по-домашнему (гарнир)	180	3,79	5,20	27,40	173,00	ТТК №333
Чай черный с сахаром и лимоном	200/5	0,30	0,00	15,20	60,00	ТТК №810
Булочка "Солнечная"	70	6,79	4,13	37,10	218,26	
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	935	32,41	27,41	129,06	898,49	

Зав. производством _____



Утверждаю

директор
МОВ. 011. 123
Паша Рамзеева ВП
№ 123

Ежедневное меню

2 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Овощи по сезону (помидоры соленые)	100	1,10	0,10	1,60	13,00	ТТК №439
Супчик	250	3,08	9,30	12,40	101,00	ТТК №582
Куриная отбивная «Солнечная»	100	15,10	8,11	18,25	241,10	ТТК №607
Рис отварной с овощами (гарнир)	180	3,62	4,16	40,24	217,16	ТТК №180
Чай черный с яблоком свежим	200	0,25	0,10	10,22	42,98	ТТК №547
Круассан "Наслаждение"	40	3,84	10,92	23,84	209,20	ТТК №495
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	900	29,39	32,99	121,05	895,44	

Зав. производством



Утверждаю директор
МОУ с/п/с 123
Рашев Раше Раше Р.И.

Ежедневное меню

3 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Ассорти помидоры и огурцы соленые	100	0,95	0,10	1,65	12,00	ТТК №126
Суп картофельный с бобовыми (горох) на костном бульоне	250	8,30	6,00	20,00	168,40	ТТК №402
Биточки "Митлофф с помидором и сыром"	100	12,46	13,20	9,15	207,00	ТТК №314
Фарфалле по-волгоградски (гарнир)	180	18,44	4,12	126,60	628,74	ТТК №16
Компот из смеси сухофруктов	200	0,40	0,00	20,40	84,00	ТТК №53
Булочка "Аппетитная с кунжутом"	70	6,72	4,83	39,41	229,30	ТТК №400
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	930	49,67	28,55	231,71	1 400,44	

Зав. производством _____



Утверждаю

директор
МОУ Центр МОУ 23
Коллеж Комарова 23

Ежедневное меню

4 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Овощи по сезону (огурцы соленые)	100	0,80	0,10	1,70	11,00	ТТК №438
Борщ Брутальный на костном бульоне	250	2,80	4,50	10,00	91,00	ТТК №200
Пельмени Аппетитные	250	21,75	6,25	77,25	463,75	ТТК №830
Чай черный с сахаром и лимоном	200/5	0,30	0,00	15,20	60,00	ТТК №810
Булочка свекольная	70	6,65	4,06	36,12	211,82	ТТК №847
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	905	34,70	15,21	154,77	908,57	ТТК №4

Зав. производством



Утверждаю

директор
Мочалов
Комарова В.П.

Ежедневное меню

5 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Овощи по сезону (помидоры соленые)	100	1,10	0,10	1,60	13,00	ТТК №439
Супчик "Славянский"	250	7,49	3,62	16,82	134,82	ТТК №625
Котлета "Сюрприз"	100	11,76	11,44	16,10	214,35	ТТК №803
Картофельное пюре по-домашнему (гарнир)	180	3,79	5,20	27,40	173,00	ТТК №333
Чай черный с яблоком свежим	200	0,25	0,10	10,22	42,98	ТТК №547
Круассан "Наслаждение"	40	3,84	10,92	23,84	209,20	ТТК №495
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	900	30,63	31,68	110,48	858,35	

Зав. производством _____



Утверждаю

директор
ИОУ СМ №123
Росер Капаров В. П.

Ежедневное меню

6 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Ассорти помидоры и огурцы соленые	100	0,95	0,10	1,65	12,00	ТТК №126
Суп гречневый с курочкой	250	3,46	4,10	10,10	100,00	ТТК №581
Медальончики пряные	100	17,64	5,60	3,43	138,75	ТТК №804
Макаронные изделия отварные с овощами (гарнир)	180	5,34	7,00	96,03	230,53	ТТК № 611
Компот из смеси сухофруктов	200	0,40	0,00	20,40	84,00	ТТК №53
Булочка "Аппетитная с кунжутом"	70	6,72	4,83	39,41	229,30	ТТК №400
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	930	36,91	21,93	185,52	865,58	

Зав. производством _____



Утверждаю директор
МОУ СВН №123
Кочеряева И.В.



Ежедневное меню

7 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Овощи по сезону (помидоры соленые)	100	1,10	0,10	1,60	13,00	ТТК №439
Суп картофельный с бобовыми (горох) на костном бульоне	250	8,30	6,00	20,00	168,40	ТТК №402
Отбивная из куриного филе с овощами и сыром	100	20,30	22,40	1,00	287,00	ТТК №120
Фарфалле по-волгоградски (гарнир)	180	18,44	4,12	126,60	628,74	ТТК №16
Чай черный с яблоком свежим	200	0,25	0,10	10,22	42,98	ТТК №547
Круассан "Наслаждение"	40	3,84	10,92	23,84	209,20	ТТК №495
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	900	54,63	43,94	197,76	1 420,32	

Зав. производством _____



Утверждаю *директор*
М.О.У. Сит. № 123
Рос. Комарова В.Н.

Ежедневное меню

8 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Овощи по сезону (огурцы соленые)	100	0,80	0,10	1,70	11,00	ТТК №438
Щи "Традиционные" на костном бульоне	250	2,80	4,50	10,00	91,00	ТТК №403
Биточки «Янтарные»	100	10,75	14,07	15,96	230,02	ТТК №605
Картофельное пюре по-домашнему (гарнир)	180	3,79	5,20	27,40	173,00	ТТК №333
Чай черный с сахаром и лимоном	200/5	0,30	0,00	15,20	60,00	ТТК №810
Булочка "Солнечная"	70	6,79	4,13	37,10	218,26	
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	935	27,63	28,30	121,86	854,28	

Зав. производством _____



Утверждаю директор
МБОУ СОШ №128
Россу Волова ВР



Ежедневное меню

9 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Ассорти помидоры и огурцы соленые	100	0,95	0,10	1,65	12,00	ТТК №126
Суп с «Морской говядиной»	250	7,98	2,20	11,52	101,79	ТТК №567
Паста "Итальянский сувенир" по-новому	250	25,73	16,29	119,32	739,95	ТТК №802
Компот из смеси сухофруктов	200	0,40	0,00	20,40	84,00	ТТК №53
Булочка "Аппетитная с кунжутом"	70	6,72	4,83	39,41	229,30	ТТК №400
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	900	44,18	23,72	206,80	1 238,04	

Зав. производством _____



Утверждаю директор
МОУ СШ №123
Кочев, Романов



Ежедневное меню

10 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Овощи по сезону (помидоры соленые)	100	1,10	0,10	1,60	13,00	ТТК №439
Супчик "Славянский"	250	7,49	3,62	16,82	134,82	ТТК №625
Куриная отбивная «Солнечная»	100	15,10	8,11	18,25	241,10	ТТК №607
Рис отварной с овощами (гарнир)	180	3,62	4,16	40,24	217,16	ТТК №180
Чай черный с яблоком свежим	200	0,25	0,10	10,22	42,98	ТТК №547
Круассан "Наслаждение"	40	3,84	10,92	23,84	209,20	ТТК №495
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	900	33,80	27,31	125,47	929,26	

Зав. производством _____



Ежедневное меню

11 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Овощи по сезону (огурцы соленые)	100	0,80	0,10	1,70	11,00	ТТК №438
Борщ Брутальный на костном бульоне	250	2,80	4,50	10,00	91,00	ТТК №200
Котлета "Сюрприз"	100	11,76	11,44	16,10	214,35	ТТК №803
Картофельное пюре по-домашнему (гарнир)	180	3,79	5,20	27,40	173,00	ТТК №333
Чай черный с сахаром и лимоном	200/5	0,30	0,00	15,20	60,00	ТТК №810
Булочка свекольная	70	6,65	4,06	36,12	211,82	
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	935	28,50	25,60	121,02	832,17	

Зав. производством _____



Утверждаю *директор*
Моч Силь *123 СШ*
Косиц *Колосова* *В.П.*

Ежедневное меню

12 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Ассорти помидоры и огурцы соленые	100	0,95	0,10	1,65	12,00	ТТК №126
Суп-харчо на костном бульоне	250	3,14	2,83	18,93	115,75	ТТК №374
Нагеттсы	100	20,48	3,60	4,60	132,45	ТТК №172
Макаронные изделия отварные с овощами (гарнир)	180	5,34	7,00	96,03	230,53	ТТК № 611
Компот из смеси сухофруктов	200	0,40	0,00	20,40	84,00	ТТК №53
Булочка "Аппетитная с кунжутом"	70	6,72	4,83	39,41	229,30	ТТК №400
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	930	39,43	18,66	195,52	875,03	

Зав. производством _____