



Ежедневное меню

Утверждаю

[Signature]

I Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Данч						
Овощная полтарнировка из свежих овощей	100	1,66	3,00	6,53	60,18	ТТК №1041
Отбивная из куриного филе с овощами и сыром	90	18,27	20,16	0,90	258,30	ТТК №120
Картофель по-деревенски с паприкой	150	4,35	4,77	14,94	121,67	ТТК №111
Чай черный с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	15,20	60,00	ТТК №810
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	570	26,98	28,23	52,07	571,15	

Зав. производством



Ежедневное меню

Утверждаю



2 Вариант

Прием пищи, наименование блюда		Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч							
Морковь, по-корейски	100	1,30	3,10	7,00	59,00	ТТК №326	
Виточки "Митлофф с помидором и сыром"	100	12,46	13,20	9,15	207,00	ТТК №314	
Булгур с овощами	150	4,10	3,90	19,70	145,00	ТТК №316	
Чай черныи со смородиной	200	0,26	0,06	9,41	39,02	ТТК №548	
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №5	
Итого за прием пищи:	580	20,52	20,56	59,76	521,02		
Зав. производством							



Ежедневное меню

Утверждаю

3 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Подпирнировка овощная из свежей капусты и огурца	100	1,48	2,92	5,27	53,38	ТТК №1040
Запеканка "Курочка по-деревенски"	250	15,10	18,29	36,70	350,12	ТТК №529
Чай черный с яблоком	200	0,25	0,10	10,22	42,98	ТТК №547
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №5
Итого за прием пищи:	580	19,23	21,61	66,69	517,48	

Зав. производством



Ежедневное меню

4 Вариант

Утверждаю _____

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Данч						
Овощная подгфрировка из свежих овощей	100	1,66	3,00	6,53	60,18	ТТК №1041
Куриная отбивная "Солнечная"	100	15,10	8,11	18,25	241,10	ТТК №697
Паста "Орзо" по-восточному	180	18,57	6,55	109,70	581,79	ТТК №837
Чай черный с вишней	200	0,30	0,07	10,33	43,34	ТТК №549
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	610	38,03	18,03	159,31	997,41	

Зав. производством _____



Ежедневное меню

5 Вариант

Утверждаю _____

(Signature)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Данч						
Морковь по-корейски	100	1,30	3,10	7,00	59,00	ТТК №326
Люля-кебаб куриный	100	10,69	4,70	8,34	119,00	ТТК №315
Картофельное пюре по-домашнему	180	3,79	5,20	27,40	173,00	ТТК №333
Чай черный с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	15,20	60,00	ТТК №810
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №5
Итого за прием пищи:	610	18,48	13,3	72,44	482,00	

Зав. производством _____



Ежедневное меню



Утверждено

[Signature]

6 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
		Ланч				
Поджаренная овощная из свежей капусты и огурца	100	1,48	2,92	5,27	53,38	ТТК №1040
Куриная отбивная в сырной заливке	100	13,10	11,10	12,50	202,10	ТТК №330
Фаршальте по-волгоградски	180	18,44	4,12	126,00	628,74	ТТК №16
Чай черный со смородиной	200	0,26	0,06	9,41	39,02	ТТК №548
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №5
Итого за прием пищи:	610	35,68	18,5	167,68	994,24	

Зав. производством



Ежедневное меню

7 Вариант

Утверждаю _____

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Овощная полтарнировка из свежих овощей	100	1,66	3,00	6,53	60,18	ТТК №1041
Отбивная из куриного филе с овощами и сыром	90	18,27	20,16	0,90	258,30	ТТК №120
Картофельное пюре по-домашнему	180	3,79	5,20	27,40	173,00	ТТК №333
Чай черный с яблоком	200	0,25	0,10	10,22	42,98	ТТК №547
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №5
Итого за прием пищи:	600	26,37	28,76	59,55	605,46	

Зав. производством _____



Ежедневное меню

8 Вариант

Утверждаю

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Морковь по-корейски	100	1,30	3,10	7,00	59,00	ТТК №26
Итальянская паста Орзо с филе куриным	260	35,19	14,16	110,70	722,96	ТТК №838
Чай черыный с вишней	200	0,30	0,07	10,33	43,34	ТТК №549
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	590	39,19	17,63	142,53	896,30	

Зав. производством _____



Ежедневное меню

Утверждаю


9 Вариант

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Подпарнировка овощей из свежей капусты и огурца	100	1,48	2,92	5,27	53,38	ТТК №1940
Биточки "Митлофф с помидором и сыром"	100	12,46	13,20	9,15	207,00	ТТК №314
Кус-кус с овощами	150	4,97	3,87	29,16	180,00	ТТК №317
Чай черный с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	15,20	60,00	ТТК №810
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №5
Итого за прием пищи:	580	21,61	20,29	73,28	571,38	

Зав. производством _____



Ежедневное меню

Утверждаю

10 Вариант

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Овощная подгарнировка из свежих овощей	100	1,66	3,00	6,53	60,18	ТТК №1041
Куриная отбивная "Солнечная"	100	15,10	8,11	18,25	241,10	ТТК №667
Картофель по-деревенски с паприкой	150	4,35	4,77	14,94	121,67	ТТК №311
Чай черный с яблоком	200	0,25	0,10	10,22	42,98	ТТК №547
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	580	23,76	16,28	64,44	536,93	

Зав. производством



Ежесменное меню

11 Вариант

Утверждено

Присм пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
		Данч				
Морковь по-корейски	100	1,30	3,10	7,00	59,00	ТТК №326
Льод-небаб куриный	100	10,69	4,70	8,34	119,00	ТТК №315
Паста "Орзо" по-восточному	180	18,57	6,55	109,70	581,79	ТТК №837
Чай черный с вишней	200	0,30	0,07	10,33	43,34	ТТК №549
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №5
Итого за прием пищи:	610	33,26	14,72	149,87	874,13	

Зав. производством



Ежедневное меню

12 Вариант

Утверждаю

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Данч						
Полгарнировка овощная из свежей капусты и огурца	100	1,48	2,92	5,27	53,38	ТТК №1040
Пельмени "Аппетитные" со сливочным маслом	250	21,75	6,25	77,25	463,75	ТТК №830
Чай черный с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	15,20	60,00	ТТК №810
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	580	25,93	9,47	112,22	648,13	

Зав. производством _____