



Ежедневное меню дополнительное питание Большая перемена

1 Вариант



| Прием пищи, наименование блюда         | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|----------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
|                                        |              | Ланч             |         |             |                               |             |
| Суп "Лапша"                            | 250          | 5,90             | 3,50    | 8,40        | 88,08                         | ТТК №404/1  |
| Овощная подгариновка из свежей капусты | 100          | 1,51             | 4,94    | 9,11        | 87,81                         | ТТК № 1401  |
| Чай черный со смородиной               | 200          | 0,26             | 0,06    | 9,41        | 39,02                         | ТТК №548    |
| Виточки "Митлофф с помидором и сыром"  | 100          | 12,46            | 13,20   | 9,15        | 207,00                        | ТТК №514    |
| Булгур с овощами                       | 150          | 4,10             | 3,90    | 19,70       | 145,00                        | ТТК №316    |
| Хлеб пшеничный                         | 30           | 2,40             | 0,30    | 14,50       | 71,00                         | ТТК №6      |
| Итого за прием пищи:                   | 830          | 26,63            | 25,9    | 70,27       | 637,91                        |             |

Зав. производством \_\_\_\_\_



Ежедневное меню дополнительного питания Большая перемена

2 Вариант



| Прием пищи, наименование блюда                 | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                                |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
| Ланч                                           |              |                  |         |             |                               |             |
| Суп "Красная горошинка"                        | 250          | 6,21             | 4,60    | 13,71       | 125,81                        | ТТК №833    |
| Поджаренная овощная из свежей капусты и огурца | 100          | 1,48             | 2,92    | 5,27        | 53,38                         | ТТК №1040   |
| Ватрушка мясная с сыром                        | 100          | 20,30            | 22,40   | 1,00        | 287,00                        | ТТК №1394   |
| Картофельное пюре по-домашнему                 | 180          | 3,79             | 5,20    | 27,40       | 173,00                        | ТТК №333    |
| 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:                           | 860          | 34,48            | 35,49   | 72,21       | 753,53                        |             |

Зав. производством \_\_\_\_\_



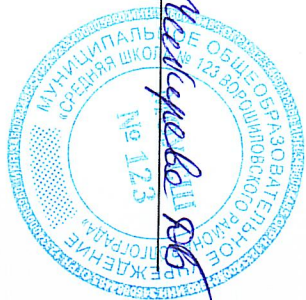
Ежедневное меню дополнительное питание Большая перемена

3 Вариант



| Прием пищи, наименование блюда       | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|--------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                      |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
| Данч                                 |              |                  |         |             |                               |             |
| Сырный суп "Дружба"                  | 250          | 8,50             | 5,20    | 18,00       | 155,00                        | ТТК №187    |
| Овощная поджаренная из свежих овощей | 100          | 1,66             | 3,00    | 6,53        | 60,18                         | ТТК №1041   |
| Паста "Болоньезе"                    | 250          | 25,73            | 16,29   | 119,32      | 739,95                        | ТТК №37/1   |
| 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:                 | 830          | 30,04            | 19,69   | 150,57      | 914,11                        |             |

Зав. производством \_\_\_\_\_



Ежедневное меню дополнительного питания Большая перемена

4 Вариант



| Прием пищи, наименование блюда          | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|-----------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                         |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
| Ланч                                    |              |                  |         |             |                               |             |
| Борщ Брутальный на костном бульоне      | 250          | 9,83             | 10,42   | 10,36       | 176,33                        | ТТК №200    |
| Овощная подгарнировка из свежей капусты | 100          | 1,51             | 4,94    | 9,11        | 87,81                         | ТТК № 1401  |
| Люд-кебаб куриный                       | 100          | 10,69            | 4,70    | 8,34        | 119,00                        | ТТК №315    |
| Картофель по-деревенски с паприкой      | 150          | 4,35             | 4,77    | 14,94       | 121,67                        | ТТК №311    |
| 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:                    | 830          | 29,04            | 25,19   | 66,66       | 614,83                        |             |

Зав. производством \_\_\_\_\_



Ежедневное меню дополнительного питания Больница перемена

5 Вариант



| Прием пищи, наименование блюда                 | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                                |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
|                                                |              |                  |         |             |                               |             |
| Ланч                                           |              |                  |         |             |                               |             |
| Суп с мясными фрикадельками                    | 250/28       | 9,70             | 6,07    | 17,03       | 165,88                        | ТТК №834    |
| Поджаренная овощная из свежей капусты и огурца | 100          | 1,48             | 2,92    | 5,27        | 53,38                         | ТТК №1040   |
| Отбивная из куриного филе с овощами и сыром    | 100          | 18,27            | 20,16   | 0,90        | 258,30                        | ТТК №120    |
| 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:                           | 880          | 50,72            | 36,07   | 157,73      | 1 173,69                      |             |

Зав. производством \_\_\_\_\_



Ежедневное меню дополнительного питания Большая перемена

6 Вариант



| Прием пищи, наименование блюда             | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|--------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                            |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |
| Ланч                                       |              |                  |         |             |                               |             |
| Суп с туном                                | 250          | 6,37             | 1,80    | 20,79       | 125,42                        | ТТК № 567   |
| Овощная поджаренная из свежих овощей       | 100          | 1,66             | 3,00    | 6,53        | 60,18                         | ТТК №1041   |
| Пельмени "Калейдоскоп" со сливочным маслом | 250          | 21,75            | 6,25    | 77,25       | 463,75                        | ТТК №191    |
| 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:                       | 830          | 32,43            | 11,45   | 129,29      | 763,33                        |             |

Зав. производством \_\_\_\_\_