

Утверждаю



Ежедневное меню

1 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) ТТК №438	60	0,48	0,06	1,02	6,60	ТТК №438
Куриная отбивная в сырной заливке ТТК №330	100	13,10	11,10	12,50	202,10	ТТК №330
Каша гречневая рассыпчатая с маслом (гарнир) 180г ТТК №376	180	8,10	4,14	45,00	237,60	ТТК №376
Компот из сушеных ягод (изюм) ТТК №51	200	0,40	0,10	21,50	88,50	ТТК №51
Хлеб пшеничный ТТК №6	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	570	24,48	15,7	94,52	605,8	

Зав. производством _____



Ежедневное меню



2 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Морковь по-корейски ТТК №326	60	0,78	1,86	4,20	35,40	ТТК №326
Изделия из рубленого мяса говядины с курицей зразы "Мясная черепашка" 100г ТТК № 470	100	11,12	13,70	6,02	194,95	ТТК №470
Гарнир Пюре картофельное по-домашнему ТТК №333	180	3,79	5,20	27,40	173,00	ТТК №333
Компот из смеси сухофруктов ТТК №53	200	0,40	0,00	20,40	84,00	ТТК №53
Хлеб пшеничный ТТК №6	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	570	18,49	21,06	72,52	558,35	

Зав. производством _____



Ежедневное меню

3 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Свекла по-корейски ТТК №491	60	0,92	4,32	7,96	75,23	ТТК №491
Паста с фаршем из говядины "Итальянский сувенир" ТТК №159	260	32,53	13,34	84,40	592,80	ТТК №159
Компот из свежих мандаринов ТТК №496	200	0,54	0,14	25,04	102,04	ТТК №496
Хлеб пшеничный ТТК №6	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	550	36,39	18,1	131,9	841,07	

Зав. производством _____



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) ТТК №438	60	0,48	0,06	1,02	6,60	ТТК №438
Щи "Традиционные" на м/б ТТК №403	250	2,80	4,50	10,00	91,00	ТТК №403
Изделия из рубленного мяса говядины с курицей колбаски мясные "Чивапчичи" ТТК № 471	100	9,65	14,69	5,33	193,29	ТТК №471
Гарнир Булгур с овощами ТТК №316	180	4,92	4,65	23,60	174,00	ТТК №316
Булочка с чесноком ТТК №125	70	3,40	1,20	21,70	110,60	ТТК №125
Компот из свежих плодов (яблоки) ТТК №52	200	0,10	0,10	14,20	59,20	ТТК №52
Хлеб пшеничный ТТК №6	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	890	23,75	25,5	90,35	705,69	

Зав. производством _____



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) ТТК №439	60	0,66	0,06	0,96	7,80	ТТК №439
Отбивная из куриного филе с овощами и сыром ТТК №120	100	20,30	22,40	1,00	287,00	ТТК №120
Гарнир Пюре картофельное по-домашнему ТТК №333	180	3,79	5,20	27,40	173,00	ТТК №333
Компот из смеси сухофруктов ТТК №53	200	0,40	0,00	20,40	84,00	ТТК №53
Хлеб пшеничный ТТК №6	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	570	27,55	27,96	64,26	622,8	

Зав. производством _____



Ежедневное меню

6 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Свекла по-корейски ТТК №491	60	0,92	4,32	7,96	75,23	ТТК №491
Гуляш из говядины ТТК №334	100	9,60	8,90	3,00	130,00	ТТК №334
Гарнир Кус-кус с овощами ТТК №317	180	5,85	4,65	35,00	217,00	ТТК №317
Напиток лимонный ТТК №54	200	0,10	0,00	16,70	69,50	ТТК №54
Хлеб пшеничный ТТК №6	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	570	18,87	18,17	77,16	562,73	

Зав. производством _____



Ежедневное меню

7 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Ассорти (помидоры, огурцы соленые) ТТК №126	30/30	0,60	0,06	0,99	7,20	ТТК №126
Гречка по-купечески с филе куриным ТТК №468	250	19,36	9,21	38,36	315,41	ТТК №468
Компот из свежих плодов (яблоки) ТТК №52	200	0,10	0,10	14,20	59,20	ТТК №52
Хлеб пшеничный ТТК №6	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	540	22,46	9,67	68,05	452,81	

Зав. производством _____

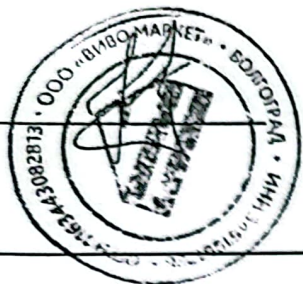


Ежедневное меню

8 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Морковь по-корейски ТТК №326	60	0,78	1,86	4,20	35,40	ТТК №326
Изделия из рубленного мяса говядины с курицей колбаски мясные "Чивапчичи" ТТК № 471	100	9,65	14,69	5,33	193,29	ТТК №471
Гарнир Пюре картофельное по-домашнему ТТК №333	180	3,79	5,20	27,40	173,00	ТТК №333
Компот из сушеных ягод (изюм) ТТК №51	200	0,40	0,10	21,50	88,50	ТТК №51
Хлеб пшеничный ТТК №6	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	570	17,02	22,15	72,93	561,19	

Зав. производством _____



Ежедневное меню

9 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) ТТК №438	60	0,48	0,06	1,02	6,60	ТТК №438
Изделия из рубленного мяса говядины с курицей биточки "Митлофф с помидором и сыром" ТТК №314	100	12,46	13,20	9,15	207,00	ТТК №314
Каша рисовая рассыпчатая "Янтарная" (гарнир) ТТК №497	180	3,94	2,34	44,35	219,72	ТТК №497
Компот из смеси сухофруктов ТТК №53	200	0,40	0,00	20,40	84,00	ТТК №53
Хлеб пшеничный ТТК №6	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	570	19,68	15,90	89,42	588,32	

Зав. производством _____



Ежедневное меню

10 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Свекла по-корейски ТТК №491	60	0,92	4,32	7,96	75,23	ТТК №491
Куриная отбивная в сырной заливке ТТК №330	100	13,10	11,10	12,50	202,10	ТТК №330
Каша гречневая рассыпчатая с маслом (гарнир) 180г ТТК №376	180	8,10	4,14	45,00	237,60	ТТК №376
Компот из свежих плодов (яблоки) ТТК №52	200	0,10	0,10	14,20	59,20	ТТК №52
Хлеб пшеничный ТТК №6	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	570	24,62	19,96	94,16	645,13	

Зав. производством _____



Ежедневное меню

11 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Морковь по-корейски ТТК №326	60	0,78	1,86	4,20	35,40	ТТК №326
Изделия из рубленного мяса птицы "Люля-кебаб куриный" ТТК №315	100	10,69	4,70	8,34	119,00	ТТК №315
Гарнир Пюре картофельное по-домашнему ТТК №333	180	3,79	5,20	27,40	173,00	ТТК №333
Компот из свежих мандаринов ТТК №496	200	0,54	0,14	25,04	102,04	ТТК №496
Хлеб пшеничный ТТК №6	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	570	18,20	12,20	79,48	500,44	

Зав. производством _____



Ежедневное меню

12 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) ТТК №439	60	0,66	0,06	0,96	7,80	ТТК №439
Изделия из рубленого мяса говядины с курицей зразы "Мясная черепашка" 100г ТТК № 470	100	11,12	13,70	6,02	194,95	ТТК №470
Гарнир Фарфалле по-волгоградски ТТК №16	180/5	18,75	6,11	128,74	657,00	ТТК №16
Компот из смеси сухофруктов ТТК №53	200	0,40	0,00	20,40	84,00	ТТК №53
Хлеб пшеничный ТТК №6	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	575	33,33	20,17	170,62	1 014,75	

Зав. производством _____