



Утверждаю
Директор МОЗ Галина И.И.
Е.А. Андреева

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

Антонова И.Е.



Утверждаю

Директор ООО «Виво Маркет» в-ч
Г. А. Андреева

Ежедневное меню

2 Вариант

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 <u>Астахова ИЕ</u>						



Утверждаю

Директор ИОБ Чувашской Р-н
Е.А. Андреева

Ежедневное меню

3 Вариант

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

Атомалова Н.Е.



Утверждаю

Директор ООО ЧИЖИКАЗ И Ч
С.А. Жигрева

Ежедневное меню

4 Вариант

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 "Чивалчичи" 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 <i>Жигарева И.Е.</i>						



Утверждаю
Директор ООО «ВИБО MARKET»
С.А. Андреев

Ежедневное меню

5 Вариант

3 Вариант						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Овощи по сезону (помидоры соленные) 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 <i>В.И.Михайлов</i>						

Зав. производством *Астахова ИЕ*



Утверждаю
Директор Л.О.Ч. Гусева
Б.А. Андреева

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

Астахова КЕ



Утверждаю
Директор МОУ Гимназия № 1
С. А. Андреева

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

Антонова Н.Е.



Утверждаю С.И.Исход
Директор ООО «ВивоМаркет» Тимонин И.И.
С.А. Андреев

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

Астахова Н.Е.



Утверждаю

Директор И.О.С. Чижикова И.И.
Б.Н. Руднева

Ежедневное меню

10 Вариант

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

А.С.Соловьева И.И.



Утверждаю

Директор М.В.С. Шинякова
Е.А. Андросов

Ежедневное меню

11 Вариант

II 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

А.А.А. А.А.А.