



Ежедневное меню

1 Вариант

Утверждаю В.И.Иванов
Директор МБОУ «Гимназия № 11»
Е.А.Иванов

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
Виточки «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
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	615	18,04	19,67	74,76	545,02	

Зав. производством Шушарова Н.Н.



Ежедневное меню

2 Вариант

Утверждаю
Директор ООО "Техническое УП"
С.А. Давыдов

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
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
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	610	22,47	12,77	84,81	585,24	

Зав. производством Давыдов С.А.



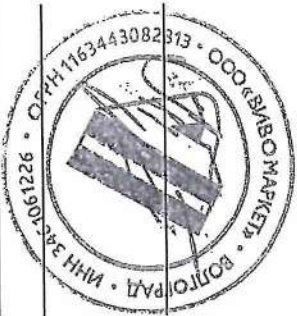
Ежедневное меню

3 Вариант

Утверждаю В.И.Иванов
 Директор ООО «ВАЗО-МАРКЕТ»
Е.И.Иванов

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
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
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	610	34,65	17,72	172,30	1 002,74	

Зав. производством И.И.Иванов



Ежедневное меню

4 Вариант



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Овоши по сезону (отуры соленые)	100	0,80	0,10	1,70	11,00	ТТК №438
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
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	585	25,25	6,65	108,65	605,75	

Зав. производством Шчербакова Е.А.



Ежедневное меню

5 Вариант

Утверждено
Директор ООО "Техническое и т.п."
Е.И. Киреев

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
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
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	610	19,30	17,14	69,82	514,33	

Зав. производством

Мещеряков А.А.



Ежедневное меню

6 Вариант

Утверждаю
Директор ИОДП Ташенурске ш 11
Э.А.Исраев

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
Медальончики мясные	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
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	610	26,73	13,00	136,01	536,28	

Зав. производством

Исмаилов Р.А.



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
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
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	610	42,49	27,02	153,92	1 042,72	

Зав. производством

М.И.С.Ф.Р.О.В.Е. А.А.

Утверждаю
А.А.С.И.Р.О.В.Е.Р.
 2024 г. 11.11.24



Ежедневное меню

8 Вариант

Утверждено
Супермаркет ЛДЗ "Торговые ряды №11"
Е.А. Андреева

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
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
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	615	18,04	19,67	74,76	545,02	

Зав. производством Андреева Е.А.



Ежедневное меню

9 Вариант

Утверждаю
Сидорова Е.А.
Е.А. Сидорова

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
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
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	580	29,48	16,69	155,87	906,95	

Зав. производством *Сидорова Е.А.*



Ежедневное меню

10 Вариант

Утверждено
Директор ИЧН
Э.А. Жирков

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
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
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	610	22,47	12,77	84,81	585,24	

Зав. производством Мещеряков А.А.



Ежедневное меню

II Вариант

Утверждаю
Директор МОУ "Средняя школа № 11"
Е.А. Михалева

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
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
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	615	19,05	17,04	74,90	529,35	

Зав. производством Михалева Е.А.



Ежедневное меню

12 Вариант

Утверждаю
Директор ООО "ВИБО МАРКЕТ" Е.А. Шереметьев
Е.А. Шереметьев

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
Нагетсы	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
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Итого за прием пищи:	610	29,57	11,00	137,18	529,98	

Зав. производством Шереметьев Е.А.