

12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (полдни) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов
 возрастной группы 12-18 лет МОУ Волгограда

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
СЛАДКАЯ БУЛОЧКА Иванова М.Д.	150					
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	200					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	350	10,56	14,45	109,07	606,10	Сборник рецептур или ТТК

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	150					
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692	200					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	350	12,76	9,37	95,63	517,30	Сборник рецептур или ТТК

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ВИШНЕЙ	150					
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблок) №342	200					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	350	8,99	8,69	113,45	569,60	Сборник рецептур или ТТК

**12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (полдники) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов
возрастной группы 12-18 лет МОУ Волгограда**

4 день						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ПЛЮШКА МОСКОВСКАЯ	150					
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	350	10,93	14,79	111,42	620,06	Сборник рецептов или ТТК
5 день						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	150					
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	350	12,76	9,37	95,63	517,30	Сборник рецептов или ТТК
6 день						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ВИШНЕЙ	150					
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблок) №342	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	350	8,99	8,69	113,45	569,60	Сборник рецептов или ТТК

**12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (полдники) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов
возрастной группы 12-18 лет МОУ Волгограда**

7 день						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
СЛАДКАЯ БУЛОЧКА	150					
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	200					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	350	10,56	14,45	109,07	606,10	Сборник рецептур или ТТК
8 день						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	150					
КОМПЮТ ИЗ ИЗЮМА №348	200					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	350	10,96	8,17	97,13	506,40	Сборник рецептур или ТТК
9 день						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ПЛЮШКА МОСКОВСКАЯ	150					
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692	200					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	350	13,13	16,09	109,12	633,26	Сборник рецептур или ТТК

**12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (полдни) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов
возрастной группы 12-18 лет МОУ Волгограда**

10 день						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ВИШНЕЙ	150					Сборник рецептов или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	200					
Итого за прием пищи:	350	8,89	8,49	114,15	567,20	Сборник рецептов или ТТК
11 день						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	150					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №348	200					
Итого за прием пищи:	350	10,96	8,17	97,13	506,40	Сборник рецептов или ТТК
12 день						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ПЛЮШКА МОСКОВСКАЯ	150					Сборник рецептов или ТТК
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692	200					
Итого за прием пищи:	350	13,13	16,09	109,12	633,26	Сборник рецептов или ТТК
ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ						
Итого		б	ж	уг	ккал	
Итого за период		132,62	136,82	1 274,37	6 852,58	
Среднее значение за период		11,05	11,40	106,20	571,05	
Соотношение пищевых веществ		1	1	4		