

ООО Виво Маркет



Утверждаю

Директор

МОУ

*Дошуба Н.В.*  
*МОУ ОУ № 30*

12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ г.Волгограда

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Котлета рыбная (минтай) №388	80	10,9	7,3	12,8	159,9	0,1	388	2004
Рис отварной №304	150	3,8	5,4	38,9	219,3	0,0	304	2011
Чай с молоком №421К	200	1,3	1,0	11,8	61,3	0,1	421	2016
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,0		
Итого за прием пищи:		19,0	13,9	83,0	532,4	0,2		

Зав. производством

*Ерш*



ООО Виво Маркет

Утверждаю

Директор

МОУ



*И. В. Попова*

*с/с № 30*

**12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ г.Волгограда**

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Котлета рыбная (минтай) №388	100	13,7	9,2	15,9	199,7	0,2	388	2004
Рис отварной №304	180	4,5	6,5	46,7	263,1	0,0	304	2011
Чай с молоком №421К	200	1,3	1,0	11,8	61,3	0,1	421	2016
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,0		
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>22,5</b>	<b>16,9</b>	<b>93,9</b>	<b>616,0</b>	<b>0,3</b>		

Зав. производством

ООО Виво Маркет



Утверждаю \_\_\_\_\_

Директор \_\_\_\_\_

МОУ \_\_\_\_\_

*Ю. В. Попова*  
*см. л. 30*

12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгограда

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Завтрак</b>								
Котлета рыбная (минтай) №388	80	10,9	7,3	12,8	159,9	0,1	388	2004
Рис отварной №304	150	3,8	5,4	38,9	219,3	0,0	304	2011
Чай с молоком №421К	200	1,3	1,0	11,8	61,3	0,1	421	2016
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,0		
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>19,0</b>	<b>13,9</b>	<b>83,0</b>	<b>532,4</b>	<b>0,2</b>		
<b>2-й завтрак</b>								
Пирожок печеный с вишней №406	100	5,9	4,5	46,2	252,9	2,2	406	2011
Чай с сахаром каркаде №685	200	0,2	0,0	15,0	60,5	1,1	685	2004
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>6,1</b>	<b>4,5</b>	<b>61,2</b>	<b>313,4</b>	<b>3,3</b>		
<b>Всего:</b>		<b>25,1</b>	<b>18,4</b>	<b>144,2</b>	<b>845,8</b>	<b>3,5</b>		

Зав. производством \_\_\_\_\_

*Ю. В. Попова*

ООО Виво Маркет



Утверждаю

Директор

МОУ

Сл. № 30



И. В. Родченко

12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием 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	Витамины С, мг	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Завтрак</b>								
Котлета рыбная (минтай) №388	100	13,7	9,2	15,9	199,7	0,2	388	2004
Рис отварной №304	180	4,5	6,5	46,7	263,1	0,0	304	2011
Чай с молоком №421К	200	1,3	1,0	11,8	61,3	0,1	421	2016
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,0		
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>22,5</b>	<b>16,9</b>	<b>93,9</b>	<b>616,0</b>	<b>0,3</b>		
<b>2-й завтрак</b>								
Пирожок печеный с вишней №406	100	5,9	4,5	46,2	252,9	2,2	406	2011
Чай с сахаром каркаде №685	200	0,2	0,0	15,0	60,5	1,1	685	2004
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>6,1</b>	<b>4,5</b>	<b>61,2</b>	<b>313,4</b>	<b>3,3</b>		
<b>Всего:</b>		<b>28,6</b>	<b>21,4</b>	<b>155,1</b>	<b>929,4</b>	<b>3,6</b>		

Зав. производством

*Ерш*