



И.И. Батракова
д.д. О.О. Копер.



Утверждаю *Батракова Валентина*
Батракова Валентина
д.д. О.О. Копер.

Ежедневное 14-ти дневное меню для обеспечения бесплатным трехразовым питанием обучающихся 12-18 лет *28.08.2024г.*

1 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337 | 1шт | 5,5 | 5,0 | 0,3 | 68,6 | 337 | 2004 |
| КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ МАННАЯ ТТК №83 | 250 | 7,1 | 9,3 | 30,8 | 223,4 | ТТК №83 | |
| КАКАО С МОЛОКОМ С САХАРОМ ТТК №305 | 200 | 2,1 | 3,8 | 15,3 | 108,4 | ТТК №305 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 70 | 5,1 | 0,4 | 34,0 | 160,8 | ТТК № 6 | |
| Итого за прием пищи: | 584 | 19,8 | 18,5 | 80,4 | 561,2 | | |
| Обед | | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1 | 100 | 0,8 | 0,1 | 1,7 | 12,7 | ТТК №1 | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) ТТК №43 | 250 | 5,5 | 5,7 | 19,1 | 163,0 | ТТК №43 | |
| РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ ТТК №78 | 100/30 | 19,4 | 14,0 | 3,5 | 128,1 | ТТК №78 | |
| РИС ОТВАРНОЙ ТТК №69 | 180 | 4,5 | 13,5 | 46,8 | 327,3 | ТТК №69 | |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТТК №53 | 200 | 0,4 | 0,0 | 20,4 | 84,0 | ТТК №53 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | ТТК № 6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 70 | 4,5 | 0,6 | 28,8 | 138,5 | ТТК № 7 | |
| Итого за прием пищи: | 980 | 39,5 | 34,2 | 151,4 | 996,4 | | |
| Ужин | | | | | | | |
| ФРИКАДЕЛКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ ТТК №60 | 100/30 | 17,9 | 21,0 | 19,3 | 296,5 | ТТК №60 | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №129 | 200 | 4,2 | 9,3 | 34,9 | 245,7 | ТТК №129 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302 | 200 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 58,0 | ТТК №302 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 70 | 5,1 | 0,4 | 34,0 | 160,8 | ТТК № 6 | |
| Итого за прием пищи: | 600 | 27,4 | 30,7 | 103,2 | 761,0 | | |
| Всего за день: | | 86,7 | 83,4 | 335,0 | 2 318,6 | | |

Зав. производством _____



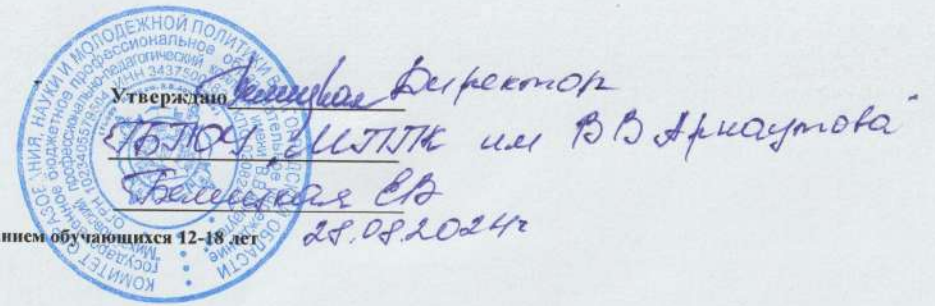
Ежедневное 14-ти дневное меню для обеспечения бесплатным трехразовым питанием обучающихся 12-18 лет

В.В. Архипова
 Директор
 М.П.Т.К. или В.В. Архипова
 28.08.2024г.

2 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ТТК №102 | 250 | 6,3 | 9,1 | 27,4 | 247,5 | ТТК №102 | |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ ТТК №380 | 30/10/10 | 4,7 | 5,1 | 17,1 | 149,9 | ТТК №380 | |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ ТТК №304 | 200 | 2,7 | 2,7 | 18,5 | 136,2 | ТТК №304 | |
| БАТОН | 60 | 4,6 | 1,8 | 30,1 | 155,4 | ТТК № 178 | |
| Итого за прием пищи: | 560 | 18,3 | 18,7 | 93,1 | 689,0 | | |
| Обед | | | | | | | |
| КОНСЕРВЫ ОВОЩНЫЕ ЗАКУСОЧНЫЕ (ИКРА КАБАЧКОВАЯ) №101 | 100 | 1,9 | 9,2 | 8,0 | 123,2 | 101 | 2004 |
| СУП ИЗ ОВОЩЕЙ ТТК №205 | 250 | 2,3 | 2,9 | 16,0 | 123,8 | ТТК №205 | |
| КОТЛЕТЫ ТТК №61 | 100 | 15,9 | 22,3 | 21,0 | 303,3 | ТТК №61 | |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ ТТК №136 | 180 | 5,0 | 5,2 | 27,4 | 173,0 | ТТК №136 | |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА ТТК №51 | 200 | 0,4 | 0,1 | 21,5 | 88,5 | ТТК №51 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | ТТК № 6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 70 | 4,5 | 0,6 | 28,8 | 138,5 | ТТК № 7 | |
| Итого за прием пищи: | 950 | 33,7 | 40,6 | 147,0 | 1 065,1 | | |
| Ужин | | | | | | | |
| ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИМ) ТТК №154 | 270/50 | 22,0 | 19,6 | 62,5 | 490,9 | ТТК №154 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301 | 200 | 0,3 | 0,0 | 15,2 | 60,0 | ТТК №301 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 80 | 5,9 | 0,5 | 38,9 | 183,8 | ТТК № 6 | |
| Итого за прием пищи: | 600 | 28,2 | 20,1 | 116,6 | 734,7 | | |
| Всего за день: | | 80,2 | 79,4 | 356,7 | 2 488,8 | | |

Зав. производством _____



Ежедневное 14-ти дневное меню для обеспечения бесплатным трехразовым питанием обучающихся 12-18 лет

3 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---------------------------------------|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ТТК №108 | 250 | 10,6 | 9,6 | 47,5 | 405,0 | ТТК №108 | |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №127 | 40/10/50 | 4,7 | 7,3 | 51,1 | 277,3 | ТТК №127 | |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ И С САХАРОМ ТТК №303 | 200 | 2,7 | 1,4 | 12,4 | 66,9 | ТТК №303 | |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338 | 200 | 0,8 | 0,8 | 19,0 | 91,2 | | 2011 |
| Итого за прием пищи: | 750 | 18,8 | 19,1 | 130,0 | 840,4 | | |
| Обед | | | | | | | |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ ТТК №2 | 100 | 1,1 | 0,0 | 2,3 | 13,6 | ТТК №2 | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ТТК №87 | 250 | 3,9 | 4,0 | 11,6 | 98,4 | ТТК №87 | |
| КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62 | 100 | 14,5 | 16,2 | 16,0 | 258,4 | ТТК №62 | |
| РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ ТТК №163 | 180 | 3,7 | 3,4 | 28,9 | 149,8 | ТТК №163 | |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТТК №52 | 200 | 0,1 | 0,1 | 14,2 | 59,2 | ТТК №52 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | ТТК № 6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 70 | 4,5 | 0,6 | 28,8 | 138,5 | ТТК № 7 | |
| Итого за прием пищи: | 950 | 31,5 | 24,6 | 126,1 | 832,7 | | |
| Ужин | | | | | | | |
| КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ ТТК №63 | 100 | 11,2 | 10,0 | 12,3 | 176,3 | ТТК №63 | |
| КАША РИСОВАЯ С ОВОЩАМИ ТТК №180 | 200 | 10,1 | 10,2 | 47,5 | 299,6 | ТТК №180 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №241 | 200 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 58,0 | ТТК №241 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 70 | 5,1 | 0,4 | 34,0 | 160,8 | ТТК № 6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 30 | 1,9 | 0,3 | 12,3 | 59,4 | ТТК № 7 | |
| Итого за прием пищи: | 600 | 28,5 | 20,9 | 121,1 | 754,1 | | |
| Всего за день: | | 78,8 | 64,6 | 377,2 | 2 427,2 | | |

Зав. производством _____



Ежедневное 14-ти дневное меню для обеспечения бесплатным трехразовым питанием обучающихся 12-18 лет

Утверждаю
Беликова Светлана Сергеевна
 Директор ЦТТК ил. Р.В. Арзамова
Беликов С.В.
С.С. Зельман

М.П. Беликова
С.С. Зельман

4 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ МАННАЯ ТТК №83 | 250 | 7,1 | 9,3 | 30,8 | 223,4 | ТТК №83 | |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337 | 1шт | 5,5 | 5,0 | 0,3 | 68,6 | 337 | 2004 |
| КАКАО С МОЛОКОМ С САХАРОМ ТТК №305 | 200 | 2,1 | 3,8 | 15,3 | 108,4 | ТТК №305 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 70 | 5,1 | 0,4 | 34,0 | 160,8 | ТТК № 6 | |
| Итого за прием пищи: | 584 | 19,8 | 18,5 | 80,4 | 561,2 | | |
| Обед | | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1 | 100 | 0,8 | 0,1 | 1,7 | 12,7 | ТТК №1 | |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47 | 250 | 2,0 | 4,3 | 10,0 | 88,0 | ТТК №47 | |
| ФРИКАДЕЛКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ ТТК №60 | 100/30 | 17,9 | 21,0 | 19,3 | 296,5 | ТТК №60 | |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) ТТК №132 | 180 | 7,4 | 8,9 | 32,5 | 175,5 | ТТК №132 | |
| СОК ФРУКТОВЫЙ (МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ) №707 | 200 | 1,0 | 0,2 | 19,6 | 83,4 | 707 | 2004 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | ТТК № 6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 70 | 4,5 | 0,6 | 28,8 | 138,5 | ТТК № 7 | |
| Итого за прием пищи: | 980 | 37,3 | 35,4 | 136,2 | 909,4 | | |
| Ужин | | | | | | | |
| КОНСЕРВЫ ОВОЩНЫЕ ЗАКУСОЧНЫЕ (ИКРА КАБАЧКОВАЯ) №101 | 100 | 1,9 | 9,2 | 8,0 | 123,2 | 101 | 2004 |
| МАКАРОННИК С ПЕЧЕНЬЮ ТТК №64 | 200 | 19,9 | 22,5 | 48,4 | 453,7 | ТТК №64 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302 | 200 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 58,0 | ТТК №302 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 70 | 5,1 | 0,4 | 34,0 | 160,8 | ТТК № 6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 30 | 1,9 | 0,3 | 12,3 | 59,4 | ТТК № 7 | |
| Итого за прием пищи: | 600 | 29,0 | 32,4 | 117,7 | 855,1 | | |
| Всего за день: | | 86,1 | 86,3 | 334,3 | 2 325,7 | | |

Зав. производством _____



*Батракова Елена Валентиновна, ИП
28.08.2024г.*



*Утверждаю Директор
ТБТОУ ДЕТТК или ВД Арсадутова
Шенникова СВ
28.08.2024г.*

Ежедневное 14-ти дневное меню для обеспечения бесплатным трехразовым питанием обучающихся 12-18 лет

5 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КОНСЕРВЫ ОВОЩНЫЕ ЗАКУСОЧНЫЕ (ИКРА КАБАЧКОВАЯ) №101 | 100 | 1,9 | 9,2 | 8,0 | 123,2 | 101 | 2004 |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72 | 200 | 20,4 | 25,2 | 26,8 | 332,5 | ТТК №72 | |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ ТТК №304 | 200 | 2,7 | 2,7 | 18,5 | 136,2 | ТТК №304 | |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1 | 30/10 | 2,3 | 7,5 | 14,7 | 135,0 | 1 | 2004 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,0 | 0,2 | 19,5 | 91,9 | ТТК № 6 | |
| Итого за прием пищи: | 580 | 30,3 | 44,8 | 87,5 | 818,8 | | |
| Обед | | | | | | | |
| МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ ТТК №128 | 100 | 2,0 | 0,1 | 6,7 | 34,0 | ТТК №128 | |
| СУП ИЗ ОВОЩЕЙ ТТК №205 | 250 | 2,3 | 2,9 | 16,0 | 123,8 | ТТК №205 | |
| ТЕФТЕЛИ (1-й вариант) с соусом ТТК №65 | 100/30 | 11,6 | 18,2 | 19,2 | 224,6 | ТТК №65 | |
| КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (гарнир) ТТК №134 | 180 | 6,1 | 8,6 | 29,3 | 182,7 | ТТК №134 | |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА ТТК №51 | 200 | 0,4 | 0,1 | 21,5 | 88,5 | ТТК №51 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | ТТК № 6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 70 | 4,5 | 0,6 | 28,8 | 138,5 | ТТК № 7 | |
| Итого за прием пищи: | 980 | 30,6 | 30,8 | 145,8 | 906,9 | | |
| Ужин | | | | | | | |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ ТТК №2 | 100 | 1,1 | 0,0 | 2,3 | 13,6 | ТТК №2 | |
| ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66 | 250 | 19,1 | 22,8 | 28,4 | 396,6 | ТТК №66 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301 | 200 | 0,3 | 0,0 | 15,2 | 60,0 | ТТК №301 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 60 | 3,9 | 0,5 | 24,6 | 118,7 | ТТК № 7 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 60 | 4,5 | 0,4 | 29,2 | 137,8 | ТТК № 6 | |
| Итого за прием пищи: | 670 | 28,87 | 23,7 | 99,73 | 726,7 | | |
| Всего за день: | | 89,8 | 99,3 | 333,0 | 2 452,4 | | |
| Зав. производством _____ | | | | | | | |



Ежедневное 14-ти дневное меню для обеспечения бесплатным трехразовым питанием обучающихся 12-18 лет

Утверждаю

Александр Дорослов
 Директор
 ТОО «С.С.Т.К. и.и. В.В. Армагоста»
Татьяна С.В.

29.09.2024

6 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ТТК №108 | 250 | 10,6 | 9,6 | 47,5 | 405,0 | ТТК №108 | |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ ТТК №380 | 30/10/10 | 4,7 | 5,1 | 17,1 | 149,9 | ТТК №380 | |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ И С САХАРОМ ТТК №303 | 200 | 2,7 | 1,4 | 12,4 | 66,9 | ТТК №303 | |
| БАТОН | 60 | 4,6 | 1,8 | 30,1 | 155,4 | ТТК № 178 | |
| Итого за прием пищи: | 560 | 22,6 | 17,9 | 107,1 | 777,2 | | |
| Обед | | | | | | | |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ ТТК №2 | 100 | 1,1 | 0,0 | 2,3 | 13,6 | ТТК №2 | |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46 | 250 | 2,4 | 5,3 | 15,7 | 121,0 | ТТК №46 | |
| КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62 | 100 | 14,5 | 16,2 | 16,0 | 258,4 | ТТК №62 | |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С Р/М ТТК №135 | 180 | 4,6 | 8,6 | 29,5 | 179,0 | ТТК №135 | |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТТК №52 | 200 | 0,1 | 0,1 | 14,2 | 59,2 | ТТК №52 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | ТТК № 6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 70 | 4,5 | 0,6 | 28,8 | 138,5 | ТТК № 7 | |
| Итого за прием пищи: | 950 | 31,3 | 31,2 | 137,0 | 911,6 | | |
| Ужин | | | | | | | |
| ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (сладким) ТТК №100 | 250/50 | 16,4 | 19,6 | 62,9 | 447,5 | ТТК №100 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №241 | 200 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 58,0 | ТТК №241 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 100 | 7,4 | 0,6 | 48,7 | 229,7 | ТТК № 6 | |
| Итого за прием пищи: | 600 | 24,0 | 20,2 | 126,6 | 735,2 | | |
| Всего за день: | | 77,9 | 69,3 | 370,7 | 2 424,0 | | |
| Зав. производством _____ | | | | | | | |



И.С. Батракова
28.08.2024



Утверждено
С.В. Пон *М.П. П.К.* *или В.В. Афанасова*
Директор
28.08.2024

Ежедневное 14-ти дневное меню для обеспечения бесплатным трехразовым питанием обучающихся 12-18 лет

7 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ТТК №101 | 250 | 12,0 | 13,3 | 47,2 | 334,2 | ТТК №101 | |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №127 | 40/10/50 | 4,7 | 7,3 | 51,1 | 277,3 | ТТК №127 | |
| КАКАО С МОЛОКОМ С САХАРОМ ТТК №305 | 200 | 2,1 | 3,8 | 15,3 | 108,4 | ТТК №305 | |
| Итого за прием пищи: | 550 | 18,8 | 24,4 | 113,6 | 719,9 | | |
| Обед | | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1 | 100 | 0,8 | 0,1 | 1,7 | 12,7 | ТТК №1 | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ТТК №87 | 250 | 3,9 | 4,0 | 11,6 | 98,4 | ТТК №87 | |
| КОТЛЕТЫ ТТК №61 | 100 | 15,9 | 22,3 | 21,0 | 303,3 | ТТК №61 | |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) ТТК №132 | 180 | 7,4 | 8,9 | 32,5 | 175,5 | ТТК №132 | |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТТК №53 | 200 | 0,4 | 0,0 | 20,4 | 84,0 | ТТК №53 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | ТТК № 6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 70 | 4,5 | 0,6 | 28,8 | 138,5 | ТТК № 7 | |
| Итого за прием пищи: | 950 | 36,6 | 36,2 | 140,3 | 927,2 | | |
| Ужин | | | | | | | |
| СВЕКЛА ОТВАРНАЯ ТТК №5 | 100 | 1,1 | 0,1 | 8,5 | 40,7 | ТТК №5 | |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67 | 200 | 19,6 | 31,5 | 37,2 | 471,7 | ТТК №67 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302 | 200 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 58,0 | ТТК №302 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 70 | 5,1 | 0,4 | 34,0 | 160,8 | ТТК № 6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 30 | 1,9 | 0,3 | 12,3 | 59,4 | ТТК № 7 | |
| Итого за прием пищи: | 600 | 27,9 | 32,3 | 107,0 | 790,6 | | |
| Всего за день: | | 83,2 | 92,9 | 360,9 | 2 437,7 | | |

Зав. производством _____

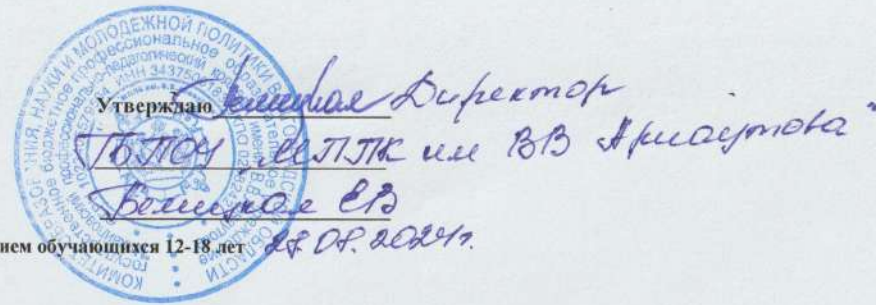


Ежедневное 14-ти дневное меню для обеспечения бесплатным трехразовым питанием обучающихся 12-18 лет

8 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337 | шт | 5,5 | 5,0 | 0,3 | 68,6 | 337 | 2004 |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ ТТК №103 | 250 | 11,1 | 16,9 | 41,0 | 275,5 | ТТК №103 | |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №647 | 200 | 0,1 | 0,0 | 28,2 | 110,3 | 647 | 2004 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 70 | 5,1 | 0,4 | 34,0 | 160,8 | ТТК № 6 | |
| Итого за прием пищи: | 584 | 21,8 | 22,3 | 103,5 | 615,2 | | |
| Обед | | | | | | | |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ ТТК №2 | 100 | 1,1 | 0,0 | 2,3 | 13,6 | ТТК №2 | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) ТТК №43 | 250 | 5,5 | 5,7 | 19,1 | 163,0 | ТТК №43 | |
| ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ ТТК №38 | 100 | 10,6 | 18,1 | 25,9 | 273,7 | ТТК №38 | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №129 | 200 | 4,2 | 9,3 | 34,9 | 245,7 | ТТК №129 | |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА ТТК №51 | 200 | 0,4 | 0,1 | 21,5 | 88,5 | ТТК №51 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | ТТК № 6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 70 | 4,5 | 0,6 | 28,8 | 138,5 | ТТК № 7 | |
| Итого за прием пищи: | 970 | 30,0 | 34,1 | 156,8 | 1 037,8 | | |
| Ужин | | | | | | | |
| ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №157 | 250/60 | 32,5 | 28,1 | 37,4 | 556,1 | ТТК №157 | |
| КОМПОТ ИЗ ВИШНИ ТТК №336 | 200 | 0,2 | 0,1 | 17,4 | 69,4 | ТТК №336 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 100 | 7,4 | 0,6 | 48,7 | 229,7 | ТТК № 6 | |
| Итого за прием пищи: | 610 | 40,1 | 28,8 | 103,5 | 855,2 | | |
| Всего за день: | | 91,9 | 85,2 | 363,9 | 2 508,2 | | |

Зав. производством _____



Ежедневное 14-ти дневное меню для обеспечения бесплатным трехразовым питанием обучающихся 12-18 лет

9 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №85 | 300 | 9,8 | 8,8 | 29,6 | 225,2 | ТТК №85 | |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №127 | 40/10/50 | 4,7 | 7,3 | 51,1 | 277,3 | ТТК №127 | |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ И С САХАРОМ ТТК №303 | 200 | 2,7 | 1,4 | 12,4 | 66,9 | ТТК №303 | |
| Итого за прием пищи: | 600 | 17,2 | 17,5 | 93,1 | 569,4 | | |
| Обед | | | | | | | |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ ТТК №2 | 100 | 1,1 | 0,0 | 2,3 | 13,6 | ТТК №2 | |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47 | 250 | 2,0 | 4,3 | 10,0 | 88,0 | ТТК №47 | |
| КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62 | 100 | 14,5 | 16,2 | 16,0 | 258,4 | ТТК №62 | |
| КАША РИСОВАЯ С ОВОЩАМИ ТТК №180 | 180 | 9,1 | 9,2 | 42,8 | 269,6 | ТТК №180 | |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТТК №52 | 200 | 0,1 | 0,1 | 14,2 | 59,2 | ТТК №52 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | ТТК № 6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 70 | 4,5 | 0,6 | 28,8 | 138,5 | ТТК № 7 | |
| Итого за прием пищи: | 950 | 35,4 | 30,8 | 144,6 | 969,2 | | |
| Ужин | | | | | | | |
| СВЕКЛА ОТВАРНАЯ ТТК №5 | 100 | 1,1 | 0,1 | 8,5 | 40,7 | ТТК №5 | |
| КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ ТТК №63 | 100 | 11,2 | 10,0 | 12,3 | 176,3 | ТТК №63 | |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С Р/М ТТК №135 | 180 | 4,6 | 8,6 | 29,5 | 179,0 | ТТК №135 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №241 | 200 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 58,0 | ТТК №241 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 70 | 5,1 | 0,4 | 34,0 | 160,8 | ТТК № 6 | |
| Итого за прием пищи: | 650 | 22,1 | 19,1 | 99,3 | 614,8 | | |
| Всего за день: | | 74,7 | 67,4 | 337,0 | 2 153,4 | | |

Зав. производством _____



Батракова Валентина
28.09.2024



Утверждаю
Белкина Елена Директор
ТБЛОН МЛТК или ВВ Ахмедов
Белкина Е.В.
28.09.2024

Ежедневное 14-ти дневное меню для обеспечения бесплатным трехразовым питанием обучающихся 12-18 лет

10 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ МАННАЯ ТТК №83 | 250 | 7,1 | 9,3 | 30,8 | 223,4 | ТТК №83 | |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ ТТК №380 | 30/10/10 | 4,7 | 5,1 | 17,1 | 149,9 | ТТК №380 | |
| КАКАО С МОЛОКОМ С САХАРОМ ТТК №305 | 200 | 2,1 | 3,8 | 15,3 | 108,4 | ТТК №305 | |
| БАТОН | 50 | 3,9 | 1,5 | 25,1 | 129,5 | ТТК № 178 | |
| Итого за прием пищи: | 550 | 17,8 | 19,7 | 88,3 | 611,2 | | |
| Обед | | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1 | 100 | 0,8 | 0,1 | 1,7 | 12,7 | ТТК №1 | |
| СУП ИЗ ОВОЩЕЙ ТТК №205 | 250 | 2,3 | 2,9 | 16,0 | 123,8 | ТТК №205 | |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67 | 200 | 19,6 | 31,5 | 37,2 | 471,7 | ТТК №67 | |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТТК №53 | 200 | 0,4 | 0,0 | 20,4 | 84,0 | ТТК №53 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | ТТК № 6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 70 | 4,5 | 0,6 | 28,8 | 138,5 | ТТК № 7 | |
| Итого за прием пищи: | 870 | 31,3 | 35,4 | 128,4 | 945,5 | | |
| Ужин | | | | | | | |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №152 | 250/50 | 28,7 | 27,2 | 59,6 | 606,5 | ТТК №152 | |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №697 | 200 | 5,6 | 4,9 | 9,3 | 104,8 | 697 | 2004 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 100 | 7,4 | 0,6 | 48,7 | 229,7 | ТТК № 6 | |
| Итого за прием пищи: | 600 | 41,7 | 32,7 | 117,6 | 941,0 | | |
| Всего за день: | | 90,8 | 87,8 | 334,3 | 2 497,6 | | |

Зав. производством _____



*И.И. Батракова ОПД
28.08.2024г.*



*Утверждаю Клепачева СВ
28.08.2024г.
Клепачева СВ
28.08.2024г.*

Ежедневное 14-ти дневное меню для обеспечения бесплатным трехразовым питанием обучающихся 12-18 лет

11 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ТТК №108 | 250 | 10,6 | 9,6 | 47,5 | 405,0 | ТТК №108 | |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №127 | 40/10/50 | 4,7 | 7,3 | 51,1 | 277,3 | ТТК №127 | |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337 | 1шт | 5,5 | 5,0 | 0,3 | 68,6 | 337 | 2004 |
| ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302 | 200 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 58,0 | ТТК №302 | |
| Итого за прием пищи: | 614 | 21,0 | 21,9 | 113,9 | 808,9 | | |
| Обед | | | | | | | |
| МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ ТТК №128 | 100 | 2,0 | 0,1 | 6,7 | 34,0 | ТТК №128 | |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46 | 250 | 2,4 | 5,3 | 15,7 | 121,0 | ТТК №46 | |
| РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ ТТК №78 | 100/30 | 19,4 | 14,0 | 3,5 | 128,1 | ТТК №78 | |
| РИС ОТВАРНОЙ ТТК №69 | 180 | 4,5 | 13,5 | 46,8 | 327,3 | ТТК №69 | |
| СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ) №707 | 200 | 1,0 | 0,2 | 19,6 | 89,2 | 707 | 2004 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | ТТК № 6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 70 | 4,5 | 0,6 | 28,8 | 138,5 | ТТК № 7 | |
| Итого за прием пищи: | 980 | 37,5 | 34,0 | 145,4 | 952,9 | | |
| Ужин | | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1 | 100 | 0,8 | 0,1 | 1,7 | 12,7 | ТТК №1 | |
| ЖАРКОЕ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ ТТК №48 | 200 | 14,4 | 29,8 | 22,9 | 366,9 | ТТК №48 | |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №647 | 200 | 0,1 | 0,0 | 28,2 | 110,3 | 647 | 2004 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 70 | 5,1 | 0,4 | 34,0 | 160,8 | ТТК № 6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 30 | 1,9 | 0,3 | 12,3 | 59,4 | ТТК № 7 | |
| Итого за прием пищи: | 600 | 22,3 | 30,6 | 99,1 | 710,1 | | |
| Всего за день: | | 80,8 | 86,5 | 358,4 | 2 471,9 | | |

Зав. производством _____



Ежедневное 14-ти дневное меню для обеспечения бесплатным трехразовым питанием обучающихся 12-18 лет

Утверждаю *Киселева* Директор
Татьяна Степановна или Ю.Ю. А. Киселева
Борисов Е.В.
 29.02.2014

12 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ТТК №101 | 250 | 12,0 | 13,3 | 47,2 | 334,2 | ТТК №101 | |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ ТТК №380 | 30/10/10 | 4,7 | 5,1 | 17,1 | 149,9 | ТТК №380 | |
| КИСЕЛЬ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ №644 | 200 | 0,4 | 0,1 | 33,2 | 138,0 | 644 | 2004 |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338 | 200 | 0,8 | 0,8 | 19,0 | 91,2 | 338 | 2011 |
| Итого за прием пищи: | 700 | 17,9 | 19,3 | 116,5 | 713,3 | | |
| Обед | | | | | | | |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ ТТК №2 | 100 | 1,1 | 0,0 | 2,3 | 13,6 | ТТК №2 | |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47 | 250 | 2,0 | 4,3 | 10,0 | 88,0 | ТТК №47 | |
| ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ ТТК №60 | 100/30 | 17,9 | 21,0 | 19,3 | 296,5 | ТТК №60 | |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С Р/М ТТК №135 | 180 | 4,6 | 8,6 | 29,5 | 179,0 | ТТК №135 | |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТТК №52 | 200 | 0,1 | 0,1 | 14,2 | 59,2 | ТТК №52 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | ТТК № 6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 70 | 4,5 | 0,6 | 28,8 | 138,5 | ТТК № 7 | |
| Итого за прием пищи: | 980 | 34,3 | 35,0 | 134,6 | 916,7 | | |
| Ужин | | | | | | | |
| ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИМ) ТТК №154 | 250/50 | 20,3 | 19,0 | 55,8 | 437,0 | ТТК №154 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №241 | 200 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 58,0 | ТТК №241 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 100 | 7,4 | 0,6 | 48,7 | 229,7 | ТТК № 6 | |
| Итого за прием пищи: | 600 | 27,9 | 19,6 | 119,5 | 724,7 | | |
| Всего за день: | | 80,1 | 73,9 | 370,6 | 2 354,7 | | |

Зав. производством _____



И.С. Батракова ОЮ
И.С. О.С. 2024



Утверждаю *Калинина Директор*
И.С. Батракова или *В.В. Фрицаева*
Батракова СВ
И.С. О.С. 2024

Ежедневное 14-ти дневное меню для обеспечения бесплатным трехразовым питанием обучающихся 12-18 лет

13 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|--|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КОНСЕРВЫ ОВОЩНЫЕ ЗАКУСОЧНЫЕ (ИКРА КАБАЧКОВАЯ) №101 | 100 | 1,9 | 9,2 | 8,0 | 123,2 | 101 | 2004 |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72 | 200 | 20,4 | 25,2 | 26,8 | 332,5 | ТТК №72 | |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1 | 40/10 | 3,1 | 7,5 | 19,6 | 158,0 | 1 | 2004 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ ТТК №304 | 200 | 2,7 | 2,7 | 18,5 | 136,2 | ТТК №304 | |
| Итого за прием пищи: | 550 | 28,1 | 44,6 | 72,9 | 749,9 | | |
| Обед | | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1 | 100 | 0,8 | 0,1 | 1,7 | 12,7 | ТТК №1 | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) ТТК №43 | 250 | 5,5 | 5,7 | 19,1 | 163,0 | ТТК №43 | |
| КОТЛЕТЫ ТТК №61 | 100 | 15,9 | 22,3 | 21,0 | 303,3 | ТТК №61 | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №129 | 180 | 3,8 | 8,4 | 36,6 | 221,1 | ТТК №129 | |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА ТТК №51 | 200 | 0,4 | 0,1 | 21,5 | 88,5 | ТТК №51 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | ТТК № 6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 70 | 4,5 | 0,6 | 28,8 | 138,5 | ТТК № 7 | |
| Итого за прием пищи: | 950 | 34,6 | 37,5 | 153,0 | 1 041,9 | | |
| Ужин | | | | | | | |
| СВЕКЛА ОТВАРНАЯ ТТК №5 | 100 | 1,1 | 0,1 | 8,5 | 40,7 | ТТК №5 | |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ ТТК №68 | 200 | 21,6 | 26,2 | 32,4 | 451,8 | ТТК №68 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301 | 200 | 0,3 | 0,0 | 15,2 | 60,0 | ТТК №301 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 70 | 5,1 | 0,4 | 34,0 | 160,8 | ТТК № 6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 30 | 1,9 | 0,3 | 12,3 | 59,4 | ТТК № 7 | |
| Итого за прием пищи: | 600 | 30,0 | 27,0 | 102,4 | 772,7 | | |
| Всего за день: | | 92,6 | 109,1 | 328,3 | 2 564,5 | | |

Зав. производством _____



И.А. Батракова О.А.
24.09.2024.



Утверждено
Директор
И.А. Батракова
24.09.2024.

Ежедневное 14-ти дневное меню для обеспечения бесплатным трехразовым питанием обучающихся 12-18 лет

14 Вариант

| Прiem пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ ТТК №103 | 250 | 11,1 | 16,9 | 41,0 | 275,5 | ТТК №103 | |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ ТТК №380 | 30/10/10 | 4,7 | 5,1 | 17,1 | 149,9 | ТТК №380 | |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ И С САХАРОМ ТТК №303 | 200 | 2,7 | 1,4 | 12,4 | 66,9 | ТТК №303 | |
| БАТОН | 60 | 4,6 | 1,8 | 30,1 | 155,4 | ТТК № 178 | |
| Итого за прием пищи: | 560 | 23,1 | 25,2 | 100,6 | 647,7 | | |
| Обед | | | | | | | |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ ТТК №2 | 100 | 1,1 | 0,0 | 2,3 | 13,6 | ТТК №2 | |
| СУП ИЗ ОВОЩЕЙ ТТК №205 | 250 | 2,3 | 2,9 | 16,0 | 123,8 | ТТК №205 | |
| ТЕФТЕЛИ (1-й вариант) с соусом ТТК №65 | 100/30 | 11,6 | 18,2 | 19,2 | 224,6 | ТТК №65 | |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) ТТК №132 | 180 | 7,4 | 8,9 | 32,5 | 175,5 | ТТК №132 | |
| СОК ФРУКТОВЫЙ (МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ) №707 | 200 | 1,0 | 0,2 | 19,6 | 83,4 | 707 | 2004 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | ТТК № 6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 70 | 4,5 | 0,6 | 28,8 | 138,5 | ТТК № 7 | |
| Итого за прием пищи: | 980 | 31,6 | 31,1 | 142,7 | 874,2 | | |
| Ужин | | | | | | | |
| ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (сладким) ТТК №100 | 250/50 | 16,4 | 19,6 | 62,9 | 447,5 | ТТК №100 | |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №647 | 200 | 0,1 | 0,0 | 28,2 | 110,3 | 647 | 2004 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 100 | 7,4 | 0,6 | 48,7 | 229,7 | ТТК № 6 | |
| Итого за прием пищи: | 600 | 23,9 | 20,2 | 139,8 | 787,5 | | |
| Всего за день: | | 78,6 | 76,5 | 383,1 | 2 309,3 | | |

Зав. производством _____



М.П. Батракова СВ
д.с.с. 2024г.

Утверждаю Директор
ТЮЛОУ МТМ им. В.В. Афанасьева
Васнецкая Е.В.
д.с.с. 2024г.



Ежедневное 14-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 12-18 лет

13 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КОНСЕРВЫ ОВОЩНЫЕ ЗАКУСОЧНЫЕ (ИКРА КАБАЧКОВАЯ) №101 | 100 | 1,9 | 9,2 | 8,0 | 123,2 | 101 | 2004 |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72 | 200 | 20,4 | 25,2 | 26,8 | 332,5 | ТТК №72 | |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1 | 40/10 | 3,1 | 7,5 | 19,6 | 158,0 | 1 | 2004 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ ТТК №304 | 200 | 2,7 | 2,7 | 18,5 | 136,2 | ТТК №304 | |
| Итого за прием пищи: | 550 | 28,1 | 44,6 | 72,9 | 749,9 | | |
| Обед | | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1 | 100 | 0,8 | 0,1 | 1,7 | 12,7 | ТТК №4 | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) ТТК №43 | 250 | 5,5 | 5,7 | 19,1 | 163,0 | ТТК №43 | |
| КОТЛЕТЫ ТТК №61 | 100 | 15,9 | 22,3 | 21,0 | 303,3 | ТТК №61 | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №129 | 180 | 3,8 | 8,4 | 36,6 | 221,1 | ТТК №129 | |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА ТТК №51 | 200 | 0,4 | 0,1 | 21,5 | 88,5 | ТТК №51 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | ТТК № 6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 70 | 4,5 | 0,6 | 28,8 | 138,5 | ТТК № 7 | |
| Итого за прием пищи: | 950 | 34,6 | 37,5 | 153,0 | 1 041,9 | | |
| Всего за день: | | 62,7 | 82,1 | 225,9 | 1 791,8 | | |

Зав. производством _____



Утверждаю Директор
ЛЮДИУ МАТК ии ВВ
Волыкина СВ Демурин
 д.с. 08.2024г.



Ежедневное 14-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 12-18 лет

12 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ТТК №101 | 250 | 12,0 | 13,3 | 47,2 | 334,2 | ТТК №101 | |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ ТТК №380 | 30/10/10 | 4,7 | 5,1 | 17,1 | 149,9 | ТТК №380 | |
| КИСЕЛЬ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ №644 | 200 | 0,4 | 0,1 | 33,2 | 138,0 | 644 | 2004 |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338 | 200 | 0,8 | 0,8 | 19,0 | 91,2 | 338 | 2011 |
| Итого за прием пищи: | 700 | 17,9 | 19,3 | 116,5 | 713,3 | | |
| Обед | | | | | | | |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ ТТК №2 | 100 | 1,1 | 0,0 | 2,3 | 13,6 | ТТК №2 | |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47 | 250 | 2,0 | 4,3 | 10,0 | 88,0 | ТТК №47 | |
| ФРИКАДЕЛКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ ТТК №60 | 100/30 | 17,9 | 21,0 | 19,3 | 296,5 | ТТК №60 | |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С Р/М ТТК №135 | 180 | 4,6 | 8,6 | 29,5 | 179,0 | ТТК №135 | |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТТК №52 | 200 | 0,1 | 0,1 | 14,2 | 59,2 | ТТК №52 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | ТТК № 6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 70 | 4,5 | 0,6 | 28,8 | 138,5 | ТТК № 7 | |
| Итого за прием пищи: | 980 | 34,3 | 35,0 | 134,6 | 916,7 | | |
| Всего за день: | | 52,2 | 54,3 | 251,1 | 1 630,0 | | |

Зав. производством _____



М.П. Батракова О.В.
28.08.2024

Утверждаю *Директор*
П.Ю. Митяк с.п.д. *А.И. Смирнов*
Великое С/О *Смирнов*
28.08.2024



Ежедневное 14-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 12-18 лет *28.08.2024*

11 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ТТК №108 | 250 | 10,6 | 9,6 | 47,5 | 405,0 | ТТК №108 | |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №127 | 40/10/50 | 4,7 | 7,3 | 51,1 | 277,3 | ТТК №127 | |
| ЯЙЦО ВАРЕНое ВКРУТУЮ №337 | шт | 5,5 | 5,0 | 0,3 | 68,6 | 337 | 2004 |
| ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302 | 200 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 58,0 | ТТК №302 | |
| Итого за прием пищи: | 614 | 21,0 | 21,9 | 113,9 | 808,9 | | |
| Обед | | | | | | | |
| МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ ТТК №128 | 100 | 2,0 | 0,1 | 6,7 | 34,0 | ТТК №128 | |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46 | 250 | 2,4 | 5,3 | 15,7 | 121,0 | ТТК №46 | |
| РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ ТТК №78 | 100/30 | 19,4 | 14,0 | 3,5 | 128,1 | ТТК №78 | |
| РИС ОТВАРНОЙ ТТК №69 | 180 | 4,5 | 13,5 | 46,8 | 327,3 | ТТК №69 | |
| СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный) №707 | 200 | 1,0 | 0,2 | 19,6 | 89,2 | 707 | 2004 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | ТТК № 6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 70 | 4,5 | 0,6 | 28,8 | 138,5 | ТТК № 7 | |
| Итого за прием пищи: | 980 | 37,5 | 34,0 | 145,4 | 952,9 | | |
| Всего за день: | | 58,5 | 55,9 | 259,3 | 1 761,8 | | |

Зав. производством _____



Утверждаю Директор
Т.Б.ТЮН, директор В.В. Школы
Белышева Е.С. Школы
 28.08.2024



Ежедневное 14-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 12-18 лет

10 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|-------------------------------------|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ МАННАЯ ТТК №83 | 250 | 7,1 | 9,3 | 30,8 | 223,4 | ТТК №83 | |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ ТТК №380 | 30/10/10 | 4,7 | 5,1 | 17,1 | 149,9 | ТТК №380 | |
| КАКАО С МОЛОКОМ С САХАРОМ ТТК №305 | 200 | 2,1 | 3,8 | 15,3 | 108,4 | ТТК №305 | |
| БАТОН | 50 | 3,9 | 1,5 | 25,1 | 129,5 | ТТК № 178 | |
| Итого за прием пищи: | 550 | 17,8 | 19,7 | 88,3 | 611,2 | | |
| Обед | | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1 | 100 | 0,8 | 0,1 | 1,7 | 12,7 | ТТК №1 | |
| СУП ИЗ ОВОЩЕЙ ТТК №205 | 250 | 2,3 | 2,9 | 16,0 | 123,8 | ТТК №205 | |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67 | 200 | 19,6 | 31,5 | 37,2 | 471,7 | ТТК №67 | |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТТК №53 | 200 | 0,4 | 0,0 | 20,4 | 84,0 | ТТК №53 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | ТТК № 6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 70 | 4,5 | 0,6 | 28,8 | 138,5 | ТТК № 7 | |
| Итого за прием пищи: | 870 | 31,3 | 35,4 | 128,4 | 945,5 | | |
| Всего за день: | | 49,1 | 55,1 | 216,7 | 1 556,6 | | |
| Зав. производством _____ | | | | | | | |



Утверждаю *Директор*

ТБТЮЧ МЛТК с/п В.В. Афанасова

Беленная СВ

22.08.2024г.



Ежедневное 14-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 12-18 лет

9 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №85 | 300 | 9,8 | 8,8 | 29,6 | 225,2 | ТТК №85 | |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №127 | 40/10/50 | 4,7 | 7,3 | 51,1 | 277,3 | ТТК №127 | |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ И С САХАРОМ ТТК №303 | 200 | 2,7 | 1,4 | 12,4 | 66,9 | ТТК №303 | |
| Итого за прием пищи: | 600 | 17,2 | 17,5 | 93,1 | 569,4 | | |
| Обед | | | | | | | |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ ТТК №2 | 100 | 1,1 | 0,0 | 2,3 | 13,6 | ТТК №2 | |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47 | 250 | 2,0 | 4,3 | 10,0 | 88,0 | ТТК №47 | |
| КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62 | 100 | 14,5 | 16,2 | 16,0 | 258,4 | ТТК №62 | |
| КАША РИСОВАЯ С ОВОЩАМИ ТТК №180 | 180 | 9,1 | 9,2 | 42,8 | 269,6 | ТТК №180 | |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТТК №52 | 200 | 0,1 | 0,1 | 14,2 | 59,2 | ТТК №52 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | ТТК № 6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 70 | 4,5 | 0,6 | 28,8 | 138,5 | ТТК № 7 | |
| Итого за прием пищи: | 950 | 35,4 | 30,8 | 144,6 | 969,2 | | |
| Всего за день: | | 52,6 | 48,3 | 237,7 | 1 538,6 | | |

Зав. производством _____



*МЛ Батракова ОВ
28.08.2024г*

Утверждаю: *Директор
ТОЛОУ МЛТК им ВВ Давыдова
Великая СВ
28.08.2024г.*



Ежедневное 14-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 12-18 лет *28.08.2024г.*

8 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337 | 1шт | 5,5 | 5,0 | 0,3 | 68,6 | 337 | 2004 |
| КАША вязкая молочная из риса и пшена дружба с маслом ТТК №103 | 250 | 11,1 | 16,9 | 41,0 | 275,5 | ТТК №103 | |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №647 | 200 | 0,1 | 0,0 | 28,2 | 110,3 | 647 | 2004 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 70 | 5,1 | 0,4 | 34,0 | 160,8 | ТТК № 6 | |
| Итого за прием пищи: | 584 | 21,8 | 22,3 | 103,5 | 615,2 | | |
| Обед | | | | | | | |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ ТТК №2 | 100 | 1,1 | 0,0 | 2,3 | 13,6 | ТТК №2 | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) ТТК №43 | 250 | 5,5 | 5,7 | 19,1 | 163,0 | ТТК №43 | |
| ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ ТТК №38 | 100 | 10,6 | 18,1 | 25,9 | 273,7 | ТТК №38 | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №129 | 200 | 4,2 | 9,3 | 34,9 | 245,7 | ТТК №129 | |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА ТТК №51 | 200 | 0,4 | 0,1 | 21,5 | 88,5 | ТТК №51 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | ТТК № 6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 70 | 4,5 | 0,6 | 28,8 | 138,5 | ТТК № 7 | |
| Итого за прием пищи: | 970 | 30,0 | 34,1 | 156,8 | 1 037,8 | | |
| Всего за день: | | 51,8 | 56,4 | 260,3 | 1 653,0 | | |

Зав. производством _____



*М.П. Батракова О.В.
28.08.2024г.*

Утверждаю *Директор*
Татьяна Митина и.о. *В.В. Аристов*
Великая Е.В.
28.08.2024г.



Ежедневное 14-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 12-18 лет

7 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ТТК №101 | 250 | 12,0 | 13,3 | 47,2 | 334,2 | ТТК №101 | |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №127 | 40/10/50 | 4,7 | 7,3 | 51,1 | 277,3 | ТТК №127 | |
| КАКАО-С МОЛОКОМ С САХАРОМ ТТК №305 | 200 | 2,1 | 3,8 | 15,3 | 108,4 | ТТК №305 | |
| Итого за прием пищи: | 550 | 18,8 | 24,4 | 113,6 | 719,9 | | |
| Обед | | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1 | 100 | 0,8 | 0,1 | 1,7 | 12,7 | ТТК №1 | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ТТК №87 | 250 | 3,9 | 4,0 | 11,6 | 98,4 | ТТК №87 | |
| КОТЛЕТЫ ТТК №61 | 100 | 15,9 | 22,3 | 21,0 | 303,3 | ТТК №61 | |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) ТТК №132 | 180 | 7,4 | 8,9 | 32,5 | 175,5 | ТТК №132 | |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТТК №53 | 200 | 0,4 | 0,0 | 20,4 | 84,0 | ТТК №53 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | ТТК № 6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 70 | 4,5 | 0,6 | 28,8 | 138,5 | ТТК № 7 | |
| Итого за прием пищи: | 950 | 36,6 | 36,2 | 140,3 | 927,2 | | |
| Всего за день: | | 55,4 | 60,6 | 253,9 | 1 647,1 | | |

Зав. производством _____



Утверждаю Белицкая СВ
 Директор ТЭПОУ
МЛПК им ВВ Армавир
 28.08.2011



Ежедневное 14-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 12-18 лет

М.П. Батракова О.В.
 28.08.2011

6 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|---------------------------------------|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ТТК №108 | 250 | 10,6 | 9,6 | 47,5 | 405,0 | ТТК №108 | |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ ТТК №380 | 30/10/10 | 4,7 | 5,1 | 17,1 | 149,9 | ТТК №380 | |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ И С САХАРОМ ТТК №303 | 200 | 2,7 | 1,4 | 12,4 | 66,9 | ТТК №303 | |
| БАТОН | 60 | 4,6 | 1,8 | 30,1 | 155,4 | ТТК № 178 | |
| Итого за прием пищи: | 560 | 22,6 | 17,9 | 107,1 | 777,2 | | |
| Обед | | | | | | | |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ ТТК №2 | 100 | 1,1 | 0,0 | 2,3 | 13,6 | ТТК №2 | |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46 | 250 | 2,4 | 5,3 | 15,7 | 121,0 | ТТК №46 | |
| КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62 | 100 | 14,5 | 16,2 | 16,0 | 258,4 | ТТК №62 | |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С Р/М ТТК №135 | 180 | 4,6 | 8,6 | 29,5 | 179,0 | ТТК №135 | |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТТК №52 | 200 | 0,1 | 0,1 | 14,2 | 59,2 | ТТК №52 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | ТТК № 6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 70 | 4,5 | 0,6 | 28,8 | 138,5 | ТТК № 7 | |
| Итого за прием пищи: | 950 | 31,3 | 31,2 | 137,0 | 911,6 | | |
| Всего за день: | | 53,9 | 49,1 | 244,1 | 1 688,8 | | |

Зав. производством _____



Утверждаю Беленкова СВ

Директор ТБПОУ

МЛПК им ВД Арсюткина

29.08.2024г.



Ежедневное 14-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 12-18 лет

МЛП Батракова СВ
29.08.2024г.

5 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КОНСЕРВЫ ОВОЩНЫЕ ЗАКУСОЧНЫЕ (ИКРА КАБАЧКОВАЯ) №101 | 100 | 1,9 | 9,2 | 8,0 | 123,2 | 101 | 2004 |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72 | 200 | 20,4 | 25,2 | 26,8 | 332,5 | ТТК №72 | |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ ТТК №304 | 200 | 2,7 | 2,7 | 18,5 | 136,2 | ТТК №304 | |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1 | 30/10 | 2,3 | 7,5 | 14,7 | 135,0 | 1 | 2004 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,0 | 0,2 | 19,5 | 91,9 | ТТК № 6 | |
| Итого за прием пищи: | 580 | 30,3 | 44,8 | 87,5 | 818,8 | | |
| Обед | | | | | | | |
| МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ ТТК №128 | 100 | 2,0 | 0,1 | 6,7 | 34,0 | ТТК №128 | |
| СУП ИЗ ОВОЩЕЙ ТТК №205 | 250 | 2,3 | 2,9 | 16,0 | 123,8 | ТТК №205 | |
| ТЕФТЕЛИ (1-й вариант) с соусом ТТК №65 | 100/30 | 11,6 | 18,2 | 19,2 | 224,6 | ТТК №65 | |
| КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (гарнир) ТТК №134 | 180 | 6,1 | 8,6 | 29,3 | 182,7 | ТТК №134 | |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА ТТК №51 | 200 | 0,4 | 0,1 | 21,5 | 88,5 | ТТК №51 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | ТТК № 6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 70 | 4,5 | 0,6 | 28,8 | 138,5 | ТТК № 7 | |
| Итого за прием пищи: | 980 | 30,6 | 30,8 | 145,8 | 906,9 | | |
| Всего за день: | | 60,9 | 75,6 | 233,3 | 1 725,7 | | |

Зав. производством _____



И.И. Батракова О.О.
И.И. О.И. 2011г.

Утверждаю *Директор*

ШЛОИ, МЛТК или ВВ Аносова

Величкова Е.В. Шелестова

И.И. О.И. 2011г.



Ежедневное 14-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 12-18 лет

1 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337 | 1шт | 5,5 | 5,0 | 0,3 | 68,6 | 337 | 2004 |
| КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ МАННАЯ ТТК №83 | 250 | 7,1 | 9,3 | 30,8 | 223,4 | ТТК №83 | |
| КАКАО С МОЛОКОМ С САХАРОМ ТТК №305 | 200 | 2,1 | 3,8 | 15,3 | 108,4 | ТТК №305 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 70 | 5,1 | 0,4 | 34,0 | 160,8 | ТТК № 6 | |
| Итого за прием пищи: | 584 | 19,8 | 18,5 | 80,4 | 561,2 | | |
| Обед | | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1 | 100 | 0,8 | 0,1 | 1,7 | 12,7 | ТТК №1 | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) ТТК №43 | 250 | 5,5 | 5,7 | 19,1 | 163,0 | ТТК №43 | |
| РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ ТТК №78 | 100/30 | 19,4 | 14,0 | 3,5 | 128,1 | ТТК №78 | |
| РИС ОТВАРНОЙ ТТК №69 | 180 | 4,5 | 13,5 | 46,8 | 327,3 | ТТК №69 | |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТТК №53 | 200 | 0,4 | 0,0 | 20,4 | 84,0 | ТТК №53 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | ТТК № 6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 70 | 4,5 | 0,6 | 28,8 | 138,5 | ТТК № 7 | |
| Итого за прием пищи: | 980 | 39,5 | 34,2 | 151,4 | 996,4 | | |
| Всего за день: | | 59,3 | 52,7 | 231,8 | 1 557,6 | | |

Зав. производством _____



М.П. Батракова О.В.
22.08.2022г.

Утверждаю *Букеман*

ТБТИОТ МТКК или

Валенцова Е.В.

22.08.2022г.



Ежедневное 14-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 12-18 лет

2 Вариант

| Принем пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ТТК №102 | 250 | 6,3 | 9,1 | 27,4 | 247,5 | ТТК №102 | |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ ТТК №380 | 30/10/10 | 4,7 | 5,1 | 17,1 | 149,9 | ТТК №380 | |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ ТТК №304 | 200 | 2,7 | 2,7 | 18,5 | 136,2 | ТТК №304 | |
| БАТОН | 60 | 4,6 | 1,8 | 30,1 | 155,4 | ТТК № 178 | |
| Итого за прием пищи: | 560 | 18,3 | 18,7 | 93,1 | 689,0 | | |
| Обед | | | | | | | |
| КОНСЕРВЫ ОВОЩНЫЕ ЗАКУСОЧНЫЕ (ИКРА КАБАЧКОВАЯ) №101 | 100 | 1,9 | 9,2 | 8,0 | 123,2 | 101 | 2004 |
| СУП ИЗ ОВОЩЕЙ ТТК №205 | 250 | 2,3 | 2,9 | 16,0 | 123,8 | ТТК №205 | |
| КОТЛЕТЫ ТТК №61 | 100 | 15,9 | 22,3 | 21,0 | 303,3 | ТТК №61 | |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ ТТК №136 | 180 | 5,0 | 5,2 | 27,4 | 173,0 | ТТК №136 | |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА ТТК №51 | 200 | 0,4 | 0,1 | 21,5 | 88,5 | ТТК №51 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | ТТК № 6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 70 | 4,5 | 0,6 | 28,8 | 138,5 | ТТК № 7 | |
| Итого за прием пищи: | 950 | 33,7 | 40,6 | 147,0 | 1 065,1 | | |
| Всего за день: | | 52,0 | 59,3 | 240,1 | 1 754,1 | | |

Зав. производством _____



М.П. Батракова Е.В.
28.09.2024г.

Утверждаю *Директор*
Т.Ю. Митик или *В.В. Шведцова*
Белица Е.В. *Шевцова*
28.09.2024г.



Ежедневное 14-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 12-18 лет

3 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---------------------------------------|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ТТК №108 | 250 | 10,6 | 9,6 | 47,5 | 405,0 | ТТК №108 | |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №127 | 40/10/50 | 4,7 | 7,3 | 51,1 | 277,3 | ТТК №127 | |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ И С САХАРОМ ТТК №303 | 200 | 2,7 | 1,4 | 12,4 | 66,9 | ТТК №303 | |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338 | 200 | 0,8 | 0,8 | 19,0 | 91,2 | 338 | 2011 |
| Итого за прием пищи: | 750 | 18,8 | 19,1 | 130,0 | 840,4 | | |
| Обед | | | | | | | |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ ТТК №2 | 100 | 1,1 | 0,0 | 2,3 | 13,6 | ТТК №2 | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ТТК №87 | 250 | 3,9 | 4,0 | 11,6 | 98,4 | ТТК №87 | |
| КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62 | 100 | 14,5 | 16,2 | 16,0 | 258,4 | ТТК №62 | |
| РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ ТТК №163 | 180 | 3,7 | 3,4 | 28,9 | 149,8 | ТТК №163 | |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТТК №52 | 200 | 0,1 | 0,1 | 14,2 | 59,2 | ТТК №52 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | ТТК № 6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 70 | 4,5 | 0,6 | 28,8 | 138,5 | ТТК № 7 | |
| Итого за прием пищи: | 950 | 31,5 | 24,6 | 126,1 | 832,7 | | |
| Всего за день: | | 50,3 | 43,7 | 256,1 | 1 673,1 | | |

Зав. производством _____



Утверждаю *Керектор*

БЛОУ МТДК им ВВ Арцагомова

Е В Беленкова

22.08.2014г.



Ежедневное 14-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 12-18 лет

4 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ МАННАЯ ТТК №83 | 250 | 7,1 | 9,3 | 30,8 | 223,4 | ТТК №83 | |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337 | 1шт | 5,5 | 5,0 | 0,3 | 68,6 | 337 | 2004 |
| КАКАО С МОЛОКОМ С САХАРОМ ТТК №305 | 200 | 2,1 | 3,8 | 15,3 | 108,4 | ТТК №305 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 70 | 5,1 | 0,4 | 34,0 | 160,8 | ТТК № 6 | |
| Итого за прием пищи: | 584 | 19,8 | 18,5 | 80,4 | 561,2 | | |
| Обед | | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ТТК №1 | 100 | 0,8 | 0,1 | 1,7 | 12,7 | ТТК №1 | |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47 | 250 | 2,0 | 4,3 | 10,0 | 88,0 | ТТК №47 | |
| ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ ТТК №60 | 100/30 | 17,9 | 21,0 | 19,3 | 296,5 | ТТК №60 | |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) ТТК №132 | 180 | 7,4 | 8,9 | 32,5 | 175,5 | ТТК №132 | |
| СОК ФРУКТОВЫЙ (МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ) №707 | 200 | 1,0 | 0,2 | 19,6 | 83,4 | 707 | 2004 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | ТТК № 6 | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 70 | 4,5 | 0,6 | 28,8 | 138,5 | ТТК № 7 | |
| Итого за прием пищи: | 980 | 37,3 | 35,4 | 136,2 | 909,4 | | |
| Всего за день: | | 57,1 | 53,9 | 216,6 | 1 470,6 | | |
| Зав. производством _____ | | | | | | | |



Утверждаю Директор
ТЮТЮС, ИЛТК ил. В.В. Артемов
Велицкая Е.В.
28.08.2024г.



Ежедневное 14-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 12-18 лет

О.В. Батракова
28.08.2024г.

14 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КАША вязкая молочная из риса и пшеница дружба с маслом ТТК №103 | 250 | 11,1 | 16,9 | 41,0 | 275,5 | ТТК №103 | |
| БУТЕРБРОД с сыром ТТК №380 | 30/10/10 | 4,7 | 5,1 | 17,1 | 149,9 | ТТК №380 | |
| ЧАЙ с молоком и с сахаром ТТК №303 | 200 | 2,7 | 1,4 | 12,4 | 66,9 | ТТК №303 | |
| БАТОН | 60 | 4,6 | 1,8 | 30,1 | 155,4 | ТТК № 178 | |
| Итого за прием пищи: | 560 | 23,1 | 25,2 | 100,6 | 647,7 | | |
| Обед | | | | | | | |
| ПОМИДОР свежий ТТК №2 | 100 | 1,1 | 0,0 | 2,3 | 13,6 | ТТК №2 | |
| СУП из овощей ТТК №205 | 250 | 2,3 | 2,9 | 16,0 | 123,8 | ТТК №205 | |
| ТЕФТЕЛИ (1-й вариант) с соусом ТТК №65 | 100/30 | 11,6 | 18,2 | 19,2 | 224,6 | ТТК №65 | |
| КАША гречневая вязкая (гарнир) ТТК №132 | 180 | 7,4 | 8,9 | 32,5 | 175,5 | ТТК №132 | |
| СОК фруктовый (мультифруктовый) №707 | 200 | 1,0 | 0,2 | 19,6 | 83,4 | 707 | 2004 |
| ХЛЕБ пшеничный | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | ТТК № 6 | |
| ХЛЕБ пеклеванный | 70 | 4,5 | 0,6 | 28,8 | 138,5 | ТТК № 7 | |
| Итого за прием пищи: | 980 | 31,6 | 31,1 | 142,7 | 874,2 | | |
| Всего за день: | | 54,7 | 56,3 | 243,3 | 1 521,8 | | |

Зав. производством _____