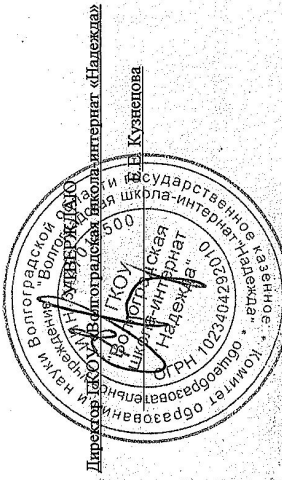


МЕНЮ

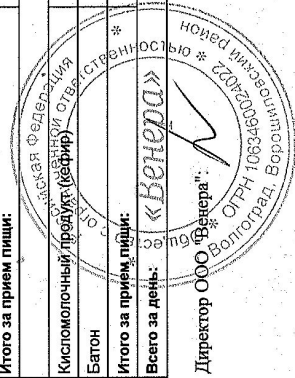
на 25 мая 2026г.



8 день Прием пищи, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)						
Яйцо вареное вкрутую	1шт	7,9	7,1	0,4	97,5	337
Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом	250	11,1	16,9	41,0	275,5	ТТК №103
Чай с сахаром каркаде	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:	584	24,3	24,4	90,4	591,8	
Обед (2х, 5-ти разовое)						
Морковь отварная	100	2,0	0,1	6,7	34,0	ТТК №128
Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,5	5,7	19,1	163,0	ТТК №43
Тефтели из мяса птицы	100	10,6	18,1	25,9	273,7	ТТК №38
Макаронные изделия отварные (рожки)	200	4,7	9,3	34,9	245,7	ТТК №129
Компот из изюма	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	31,4	34,2	161,2	1 058,2	
Полдник (5-ти разовое)						
Пирожок печеный с картофелем	150	18,2	18,6	54,1	450,9	ТТК №421
Молоко кипяченое	200	5,6	4,9	9,3	104,8	697
Итого за прием пищи:	350	23,8	23,5	63,4	555,7	
Ужин (5-ти разовое)						
Овощи по сезону (огурец соленый)	100	0,8	0,1	1,7	12,7	ТТК №4
Жаркое по-деревенски	200	14,4	29,8	22,9	366,9	ТТК №48
Чай черный с вилшей	200	0,3	0,1	10,3	43,3	ТТК №549
Хлеб пшеничный	100	7,4	0,6	48,7	229,7	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	610	22,9	30,6	83,6	652,6	
Ужин 2 (6-ти разовое)						
Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,0	4,4	7,0	92,5	698
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7	ТТК № 178
Итого за прием пищи:	215	7,3	5,3	22,0	170,2	
Всего за день:		109,7	118,0	420,6	3 028,5	

Зав. Производствам:

8 день Прием пищи, наименование блюда 7-11 лет	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)						
Яйцо вареное вкрутую	1шт	7,9	7,1	0,4	97,5	337
Каша вязкая молочная из риса и пшена Дружба с маслом	200	8,7	13,7	28,4	220,6	ТТК №103
Чай с сахаром каркаде	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №241
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	29,2	137,8	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	524	21,3	21,2	73,0	513,9	
Обед (2х, 5-ти разовое)						
Морковь отварная	60	1,2	0,1	4,0	24,0	ТТК №128
Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,4	4,7	16,0	130,4	ТТК №43
Тефтели из мяса птицы	90	10,3	16,3	19,5	246,3	ТТК №38
Макаронные изделия отварные (рожки)	150	3,6	7,4	26,2	184,3	ТТК №129
Компот из изюма	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:	820	28,1	29,5	140,3	926,8	
Полдник (5-ти разовое)						
Пирожок печеный с картофелем	100	12,1	12,4	36,4	300,6	ТТК №421
Молоко кипяченое	200	5,6	4,9	9,3	104,8	697
Итого за прием пищи:	300	17,7	17,3	45,7	405,4	
Ужин (5-ти разовое)						
Овощи по сезону (огурец соленый)	100	0,8	0,1	1,7	12,7	ТТК №4
Жаркое по-деревенски	150	11,0	19,5	17,7	286,6	ТТК №48
Чай черный с вилшей	200	0,3	0,1	10,3	43,3	ТТК №549
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	510	15,8	20,0	54,0	457,4	
Ужин 2 (6-ти разовое)						
Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,0	4,4	7,0	92,5	698
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7	ТТК № 178
Итого за прием пищи:	215	7,3	5,3	22,0	170,2	
Всего за день:		90,2	93,3	335,0	2 473,7	



Директор ООО «Волжара» (И.И. Кузнецова)

г. Волгоград, ул. Коммунальная, д. 500

МЕНЮ

на 26 мая 2020г.

9 день Прием пищи, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	
		Белки, г	Жиры, г			
Завтрак (2х, 5-ти разовое)						
Суп молочный с макаронными изделиями	300	13,1	12,5	29,6	225,2	ТТК №85
Бутерброд с повидлом	40/10/50	4,7	7,3	51,1	277,3	ТТК №127
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302
Итого за прием пищи:	600	18,0	19,8	95,7	560,5	
Обед (2х, 5-ти разовое)						
Овощи по сезону (капуста квашеная)	100	1,5	0,1	8,5	40,7	ТТК №3
Щи из свежей капусты с картофелем	250	2,0	4,3	10,0	88,0	ТТК №47
Котлеты рубленые из птицы	100	14,5	16,2	16,0	258,4	ТТК №62
Каша рисовая с овощами	180	9,1	14,5	42,8	297,2	ТТК №180
Компот из свежих плодов	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	36,1	144,6	996,8	
Полдник (5-ти разовое)						
Пирожок печеный с капустой	150	18,2	21,3	72,9	462,9	ТТК №138
Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301
Фрукты свежие	200	0,8	0,8	19,0	91,2	338
Итого за прием пищи:	550	19,3	22,1	107,1	614,1	
Ужин (5-ти разовое)						
Овощи по сезону (свекла отварная)	100	1,1	0,1	8,5	40,7	ТТК №5
Котлета рыбная Любительская	100	11,2	12,0	12,3	182,2	ТТК №63
Пюре картофельное	180	5,0	5,2	27,4	173,0	ТТК №136
Чай с сахаром каркаде	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	22,5	17,7	97,2	614,7	
Ужин 2 (5-ти разовое)						
Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,0	4,4	7,0	92,5	698
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7	ТТК № 178
Итого за прием пищи:	210	7,3	5,3	22,0	170,2	
Всего за день:	102,5	101,0	466,6		2 956,3	

Зав. Производством:

9 день Прием пищи, наименование блюда 7-11 лет	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	
		Белки, г	Жиры, г			
Завтрак (2х, 5-ти разовое)						
Суп молочный с макаронными изделиями	250	10,5	10,4	24,7	187,7	ТТК №85
Бутерброд с повидлом	40/5/20	4,7	7,3	51,1	277,3	ТТК №127
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302
Итого за прием пищи:	505	15,4	17,7	90,8	523,0	
Обед (2х, 5-ти разовое)						
Овощи по сезону (капуста квашеная)	60	0,9	0,1	5,1	24,4	ТТК №3
Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,6	3,0	8,0	70,4	ТТК №47
Котлеты рубленые из птицы	90	12,6	14,6	14,4	232,6	ТТК №62
Каша рисовая с овощами	150	7,6	12,1	35,6	224,7	ТТК №180
Компот из свежих плодов	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:	850	31,0	30,8	130,4	864,6	
Полдник (5-ти разовое)						
Пирожок печеный с капустой	100	13,8	14,2	48,6	308,6	ТТК №138
Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301
Фрукты свежие	200	0,8	0,8	19,0	91,2	338
Итого за прием пищи:	500	14,9	15	82,8	459,8	
Ужин (5-ти разовое)						
Овощи по сезону (свекла отварная)	100	1,1	0,1	8,5	40,7	ТТК №5
Котлета рыбная Любительская	90	8,4	10,7	11,2	167,1	ТТК №63
Пюре картофельное	150	4,2	4,3	22,8	144,2	ТТК №136
Чай с сахаром каркаде	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №241
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	29,2	137,8	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	600	18,3	15,5	86,7	547,8	
Ужин 2 (5-ти разовое)						
Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,0	4,4	7,0	92,5	698
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7	ТТК № 178
Итого за прием пищи:	210	7,3	5,3	22,0	170,2	
Всего за день:	86,9	84,3	412,7		2 565,4	

Директор ООО «Волжара»

