

МЕНЮ

на 30 мая 2024г.

1 день Прием пищи, наименование блюда 7-11 лет	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	
		Белки, г	Жиры, г			Углеводы, г
Завтрак (3-х разовое)						
Яйцо вареное вкрутую	1шт.	5,5	5,0	0,3	68,6	337
Каша молочная манная жидкая с маслом	200	10,0	11,7	34,2	196,0	ТТК №82
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	10,8	43,3	ТТК №392
Хлеб пшеничный	55	4,1	0,3	26,8	126,4	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	524	19,7	17,0	72,1	434,3	
Обед (3-х разовое)						
Свекла отварная	60	0,9	0,1	5,1	24,4	ТТК №5
Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,6	3,4	8,0	70,4	ТТК №47
Котлеты рыбные Любительские	90/5	10,0	13,3	11,3	199,2	ТТК №63
Рис припущенный с томатом	180	9,2	17,9	47,3	284,5	ТТК №131
Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	20,4	84,0	ТТК №53
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6
Хлеб пеклеваемый	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК № 7
Итого за прием пищи:	815	27,2	28,5	128,1	833,6	
Полдник (3-х разовое)						
Напиток из плодов шиповника	200	0,6	0,2	18,7	89,0	ТТК №50
Плошка Московская	100	7,8	10,1	56,4	348,1	ТТК №41
Итого за прием пищи:	300	8,44	10,29	75,1	437,11	
Всего за день:		55,3	55,8	275,3	1 705,0	

Директор ООО "Венера"



Зав. Производствам:

1 день Прием пищи, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	
		Белки, г	Жиры, г			Углеводы, г
Завтрак (3-х разовое)						
Яйцо вареное вкрутую	1шт.	5,5	5,0	0,3	68,6	337
Каша молочная манная жидкая с маслом	250	12,5	14,6	43,1	245,0	ТТК №82
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	10,8	43,3	ТТК №392
Хлеб пшеничный	55	4,1	0,3	26,8	126,4	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	584	22,2	19,9	81,0	483,3	
Обед (3-х разовое)						
Свекла отварная	100	1,5	0,1	8,5	40,7	ТТК №5
Щи из свежей капусты с картофелем	250	2,0	4,3	10,0	88,0	ТТК №47
Котлеты рыбные Любительские	100/5	11,2	13,5	12,4	208,4	ТТК №63
Рис припущенный с томатом	180	9,2	17,9	47,3	284,5	ТТК №131
Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	20,4	84,0	ТТК №53
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	29,2	137,8	ТТК № 6
Хлеб пеклеваемый	60	3,9	0,5	24,6	118,7	ТТК № 7
Итого за прием пищи:	980	32,7	36,7	152,4	962,1	
Полдник (3-х разовое)						
Напиток из плодов шиповника	200	0,6	0,2	18,7	89,0	ТТК №50
Плошка Московская	150	10,8	14,8	83,2	509,8	ТТК №41
Итого за прием пищи:	550	11,43	14,99	101,92	598,76	
Всего за день:		66,3	71,6	335,3	2 044,2	



Директор ООО "Венера"
Е.Е. Кузнецова

МЕНЮ

на 31 мая 2024г.

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Каша молочная вязкая овсяная с маслом	200	11,4	13,5	36,4	198,2	ТТК №101
Фрукты свежие (яблоко)	150	0,6	0,6	14,3	68,4	338
Чай с молоком	200	1,7	1,3	17,3	86,7	378
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	590	16,7	15,6	87,5	445,2	
Обед						
Помидор свежий	60	0,6	0,0	1,4	8,2	ТТК №2
Суп с макаронными изделиями	200	1,9	4,2	12,6	96,8	ТТК №46
Птица, тушенная в соусе с овощами	150	14,3	19,6	14,6	324,2	ТТК №66
Кисель из повидла	200	0,1	0,0	28,2	110,3	360
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6
Хлеб пеклеваный	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК № 7
Итого за прием пищи:	700	23,1	24,5	97,6	733,5	
Полдник						
Кисломолочный напиток (кефир)	200	5,8	5,0	8,0	106,0	ТТК №140
Сладкая булочка	100	7,8	10,1	56,4	348,1	707
Итого за прием пищи:	300	13,64	15,09	64,42	454,11	
Всего за день:	590	53,4	55,2	249,5	1 632,8	

Директор ООО «Венера»



Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Каша молочная вязкая овсяная с маслом	250	14,3	17,1	45,5	247,8	ТТК №101
Фрукты свежие (яблоко)	150	0,6	0,6	14,3	68,4	338
Чай с молоком	200	1,7	1,3	17,3	86,7	378
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6
Итого за прием пищи:	640	19,6	19,2	96,6	494,8	
Обед						
Помидор свежий	100	1,1	0,0	2,3	13,6	ТТК №2
Суп с макаронными изделиями	250	2,4	5,3	15,8	121,0	ТТК №46
Птица, тушенная в соусе с овощами	200	19,0	26,0	19,5	432,2	ТТК №66
Кисель из повидла	200	0,1	0,0	28,2	110,3	360
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	29,2	137,8	ТТК № 6
Хлеб пеклеваный	60	3,9	0,5	24,6	118,7	ТТК № 7
Итого за прием пищи:	870	31,0	32,2	119,6	933,6	
Полдник						
Кисломолочный напиток (кефир)	200	5,8	5,0	8,0	106,0	ТТК №140
Сладкая булочка	15	10,5	14,5	80,9	495,8	707
Итого за прием пищи:	350	16,26	19,45	88,87	601,8	
Всего за день:	640	66,9	70,9	305,1	2 030,2	

Зав. Производствам:

