



Ежедневное меню

1 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Суп "Мерцающие звездочки"	250	6,94	4,98	39,44	231,10	ТТК №835
Чай черный с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	15,20	60,00	ТТК №810
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Печенье "Печенька"	50	3,05	11,60	30,40	250,35	ТТК №1044
Итого за прием пищи:	530	12,69	16,88	99,54	612,45	

Зав. производством Лазарева И. В.



Ежедневное меню

2 Вариант



Исполнитель Директор
МОУ СШ №82
Ю.Н. Чиркова

2 вариант						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Борщ Брутальный на костном бульоне	250	9,83	10,42	10,36	176,33	ТТК №200
Чай черный со смородиной	200	0,26	0,06	9,41	39,02	ТТК №548
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Печенье "Пчелка"	50	3,70	5,15	36,95	209,00	ТТК №1043
Итого за прием пищи:	530	16,19	15,93	71,22	495,35	

Зав. производством Янушева Н.В.



Директор
МОУ СОШ №82
О.Н. Чирскова

Ежедневное меню

3 Вариант

5 вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Суп "Красная горошинка"	250	6,21	4,60	13,71	125,81	ТТК №833
Чай черный с яблоком	200	0,25	0,10	10,22	42,98	ТТК №547
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Печенье "Сахарное"	50	3,80	4,90	37,20	208,50	ТТК №1042
Итого за прием пищи:	530	12,66	9,90	75,63	448,29	

Зав. производством Якушева И.В.



Ежедневное меню



Директор
МОУ СВ №82
О.Н. Чиркова

4 Вариант

4 Вариант						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Суп с мясными фрикадельками	250/28	9,70	6,07	17,03	165,88	ТТК №834
Чай черный с вишней	200	0,30	0,07	10,33	43,34	ТТК №549
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Печенье "Печенька"	50	3,05	11,60	30,40	250,35	ТТК №1044
Итого за прием пищи:	280	15,45	18,04	72,26	530,57	
Зав. производством						

Зав. производством Акушева И.В.



Ежедневное меню

5 Вариант

5 Вариант						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Суп "Фасолька" на костном бульоне	250	10,15	7,77	13,08	164,68	ТТК №831
Чай черный с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	15,20	60,00	ТТК №810
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Печенье "Пчелка"	50	3,70	5,15	36,95	209,00	ТТК №1043
Итого за прием пищи:	530	16,55	13,22	79,73	504,68	

Зав. производством Мухомова И.И.



Директор
МОУСН №82
Ю.Н. Чирскова

Ежедневное меню

6 Вариант

6 Вариант						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Суп "Отменный" на костном бульоне	250	10,55	8,16	12,05	168,10	ТТК №832
Чай черный со смородиной	200	0,26	0,06	9,41	39,02	ТТК №548
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Печенье "Сахарное"	50	3,80	4,90	37,20	208,50	ТТК №1042
Итого за прием пищи:	530	17,01	13,42	73,16	486,62	

Зав. производством Акушева И.В.



Директор
МОУ СШ №82
Чиркова Ю.Н. Чиркова

Ежедневное меню

7 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Суп "Сытный" на костном бульоне	250	10,48	4,84	16,11	151,38	ТТК №836
Чай черный с яблоком	200	0,25	0,10	10,22	42,98	ТТК №547
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Печенье "Печенька"	50	3,05	11,60	30,40	250,35	ТТК №1044
Итого за прием пищи:	530	16,18	16,84	71,23	515,71	

Зав. производством *Игушева Н.В.*



Ежедневное меню

8 Вариант



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Борщ Брутальный на костном бульоне	250	9,83	10,42	10,36	176,33	ТТК №200
Чай черный с вишней	200	0,30	0,07	10,33	43,34	ТТК №549
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Печенье "Пчелка"	50	3,70	5,15	36,95	209,00	ТТК №1043
Итого за прием пищи:	530	16,23	15,94	72,14	499,67	

Зав. производством Сидорова Ч.В.



Утверждаю: Директор
МОУ СОШ №82
Чирскова Ю.Н.

Ежедневное меню

9 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Суп "Красная горошинка"	250	6,21	4,60	13,71	125,81	ТТК №833
Чай черный с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	15,20	60,00	ТТК №810
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Печенье "Сахарное"	50	3,80	4,90	37,20	208,50	ТТК №1042
Итого за прием пищи:	530	12,71	9,80	80,61	465,31	

Зав. производством Чирскова Ю.Н.



Утверждаю: Директор
МОУ СОШ №82
О.Н. Чирскова

Ежедневное меню

10 Вариант

10 вариант						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Суп "Мерцающие звездочки"	250	6,94	4,98	39,44	231,10	ТТК №835
Чай черный с яблоком	200	0,25	0,10	10,22	42,98	ТТК №547
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Печенье "Печенька"	50	3,05	11,60	30,40	250,35	ТТК №1044
Итого за прием пищи:	530	12,64	16,98	94,56	595,43	

Зав. производством Лагунова И.В.



Ежедневное меню

11 Вариант

11 вариант						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Суп с мясными фрикадельками	250/28	9,70	6,07	17,03	165,88	ТТК №834
Чай черный с вишней	200	0,30	0,07	10,33	43,34	ТТК №549
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Печенье "Пчелка"	50	3,70	5,15	36,95	209,00	ТТК №1043
Итого за прием пищи:	558	16,10	11,59	78,81	489,22	

Зав. производством Сидорова Н.В.



Ежедневное меню

12 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Суп "Фасолька" на костном бульоне	250	10,15	7,77	13,08	164,68	ТТК №831
Чай черный с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	15,20	60,00	ТТК №810
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	ТТК №6
Печенье "Сахарное"	50	3,80	4,90	37,20	208,50	ТТК №1042
Итого за прием пищи:	530	16,65	12,97	79,98	504,18	

Зав. производством Якушева И.В.