



Утверждаю

*М. А. Шестерякова*  
Директор МОУ «Школа №5



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

26.01.2024

5 день

| Прием пищи, наименование блюда       | Масса порции | Пищевые вещества |              |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|--------------------------------------|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                      |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |             |                  |
| Завтрак                              |              |                  |              |              |                               |             |                  |
| ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ                       | 60           | 0,47             | 0,06         | 0,99         | 7,60                          | ТТК №4      |                  |
| ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ ТТК №70          | 100          | 9,60             | 10,70        | 3,00         | 168,10                        | ТТК №70     |                  |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №129 | 150          | 5,10             | 9,15         | 34,20        | 244,50                        | ТТК №129    |                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301     | 200          | 0,30             | 0,00         | 15,20        | 60,00                         | ТТК №301    |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6                | 30           | 2,40             | 0,30         | 14,50        | 71,00                         | ТТК №6      |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>          | <b>540</b>   | <b>17,87</b>     | <b>20,21</b> | <b>67,89</b> | <b>551,20</b>                 |             |                  |

Зав. производством \_\_\_\_\_

*[Signature]*



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

26.01.2024

Утверждаю

*М. А. Алексеева*  
Директор МОУ №5



5 день

| Прием пищи, наименование блюда            | Масса порция | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|   |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |              |                  |
| Обед                                      |              |                  |              |               |                               |              |                  |
| КАПУСТА КВАШЕНАЯ                          | 60           | 0,90             | 0,06         | 5,10          | 24,40                         | ТТК №3       |                  |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47 | 200          | 1,60             | 3,00         | 8,00          | 70,40                         | ТТК №47      |                  |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67                     | 150          | 15,00            | 19,00        | 27,40         | 312,00                        | ТТК №67      |                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302                    | 200          | 0,20             | 0,00         | 15,00         | 58,00                         | ТТК №302     |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6                     | 55           | 4,35             | 0,55         | 26,57         | 130,14                        | ТТК №6       |                  |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №7                   | 55           | 3,63             | 0,66         | 18,70         | 95,33                         | ТТК №7       |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>               | <b>720</b>   | <b>25,68</b>     | <b>23,27</b> | <b>100,77</b> | <b>690,27</b>                 |              |                  |

Зав. производством \_\_\_\_\_



Утверждаю

*Директор МОУ Гимназии №5*  
*М.А. Шенерякова*

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

*26.01.2024г*

5 день

| Прием пищи, наименование блюда  | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|---------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                                 |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Полдник                         |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ    | 100          | 7,11             | 5,50    | 47,30       | 267,60                        | ТТК №40      |                  |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692 | 200          | 2,30             | 1,30    | 25,90       | 123,50                        | 692          | 2004             |
| Итого за прием пищи:            | 300          | 9,41             | 6,80    | 73,20       | 391,10                        |              |                  |

Зав. производством



Утверждаю

*М. А. [Signature]*  
Директор МОУ [Signature] № 5



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

*№ 01.00242*

5 день

| Прием пищи, наименование блюда       | Масса порции | Пищевые вещества |              |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|--------------------------------------|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                      |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |             |                  |
| <b>Завтрак</b>                       |              |                  |              |              |                               |             |                  |
| ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ                      | 100          | 0,78             | 0,10         | 1,66         | 12,65                         | ТТК №4      |                  |
| ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ ТТК №70          | 120          | 11,52            | 12,74        | 3,60         | 201,72                        | ТТК №70     |                  |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №129 | 180          | 6,12             | 10,98        | 41,04        | 293,40                        | ТТК №129    |                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301     | 200          | 0,30             | 0,00         | 15,20        | 60,00                         | ТТК №301    |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6                | 40           | 3,16             | 0,40         | 19,32        | 94,67                         | ТТК №6      |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>          | <b>640</b>   | <b>21,88</b>     | <b>24,22</b> | <b>80,82</b> | <b>662,44</b>                 |             |                  |

Зав. производством \_\_\_\_\_

*[Signature]*



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

Утверждаю

*И.А. Коваленкова*  
директор МОУ гимназии №5



5 день

| Прием пищи, наименование блюда            | Масса порции | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|---|--------------|------------------|--------------|---------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
|   |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г   |                                  |              |                     |
| Обед                                      |              |                  |              |               |                                  |              |                     |
| КАПУСТА КВАШЕНАЯ                          | 100          | 1,50             | 0,10         | 8,50          | 40,70                            | ТТК №3       |                     |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47 | 250          | 2,00             | 4,30         | 10,00         | 88,00                            | ТТК №47      |                     |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67                     | 200          | 18,30            | 23,60        | 42,90         | 426,00                           | ТТК №67      |                     |
| ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302                    | 200          | 0,20             | 0,00         | 15,00         | 58,00                            | ТТК №302     |                     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6                     | 50           | 3,95             | 0,50         | 21,15         | 118,33                           | ТТК №6       |                     |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ ТТК №7                    | 40           | 2,64             | 0,48         | 13,36         | 69,33                            | ТТК №7       |                     |
| <b>Итого за прием пищи:</b>               | <b>840</b>   | <b>28,59</b>     | <b>28,98</b> | <b>110,91</b> | <b>800,36</b>                    |              |                     |

Зав. производством \_\_\_\_\_



Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (полдники) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет МОУ Волгограда

5 день

| Прием пищи, наименование блюда  | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|---------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                                 |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Полдник                         |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ    | 150          | 10,46            | 8,07    | 69,73       | 393,80                        | ТТК №40      |                  |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692 | 200          | 2,30             | 1,30    | 25,90       | 123,50                        | 692          | 2004             |
| Итого за прием пищи:            | 350          | 12,76            | 9,37    | 95,63       | 517,30                        |              |                  |

Зав. производством \_\_\_\_\_