

"Разработано"

Общество с ограниченной ответственностью
Виво Маркет



Сотасовано

*Директор
МОУ СШ № 65*

Н. В. Шкитов

"Согласовано"

Управление Роспотребнадзора
по Волгоградской области



*Зам. руководителя
У. А. Липин*

02.09.19

Ассортимент дополнительного питания для организации дополнительного

питания обучающихся Красноармейского, Дзержинского, Ворошиловского, Краснооктябрьского и Тракторозаводского районов г.Волгограда МОУ (в школьных столовых и в школьных буфетах-раздаточных) за наличный расчет

(продукция промышленного производства)

Разработано

Согласовано
Директору МОУ а/м 65
И. В. Шинкарев

Согласовано

Управлению Госпитальной службы Волгоградской области

Уд. удостоверение
И. А. Калашникова
02.09.19

Примерное 12-дневное меню для организации горячего питания обучающихся 12-18 лет в МОУ Красноармейского, Дзержинского, Ворошиловского, Краснооктябрьского и Тракторозаводского районов г. Волгограда за счет средств родителей (законных представителей) (горячие обеды)

№ п/п	Выход (в гр.)	Пищевые вещества (гр.)				Энерг. ценность (ккал)	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг						Номер по сборнику рецептов
		Б	Ж	У			В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe					
Вариант 9																			
Обед																			
1	100	2,40	0,40	11,00	50,00	46,60	0,14	0,04	0,34	76,66	140,00	46,66	2,00	№70/2015, №71/2015					
2	250	7,50	7,00	27,80	208,70	0,15	10,00	0,01	0,00	700,00	155,00	46,25	2,50	№139					
3	100/5	17,40	12,14	26,50	253,00	0,20	0,90	33,80	68,40	57,38	80,00	22,20	3,62	№499					
4	180	5,10	9,20	19,20	176,00	4,41	0,36	0,00	0,00	1,10	14,40	86,40	58,80	№541					
5	200	0,00	0,00	30,60	118,00	0,00	2,80	0,00	0,20	18,00	10,00	4,00	0,60	№648					
6	60	6,42	0,60	31,00	142,40	0,06	0,00	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	0,66						
Итого		26,60	29,34	146,10	947,10	51,42	14,20	33,85	69,72	866,94	451,60	225,31	68,18						
Вариант 10																			
Обед																			
1	100	2,40	0,40	11,00	50,00	46,60	0,14	0,04	0,34	76,66	140,00	46,66	2,00	№70/2015, №71/2015					
2	250	2,50	6,20	16,30	132,50	123,75	10,00	0,18	0,38	32,50	92,50	12,50	0,38	№110					
3	250	19,00	16,60	21,80	310,00	0,10	16,20	20,85	0,38	52,56	154,56	55,28	2,74	№289/2015					
4	200	0,2	0,16	35,8	142	0,01	0,9	0	0,08	14,18	4,4	5,14	0,95	№631					
5	60	6,42	0,60	31,00	142,40	0,06	0,00	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	0,66						
Итого		30,52	22,92	115,90	776,90	170,52	27,24	21,07	1,96	189,70	443,66	139,38	6,73						
Вариант 11																			
Обед																			
1	100	2,40	0,40	11,00	50,00	46,60	0,14	0,04	0,34	76,66	140,00	46,66	2,00	№70/2015, №71/2015					
2	250	2,50	5,00	8,60	91,30	3,38	17,50	0,01	0,00	11,00	54,88	25,00	0,93	№124					
3	150	11,7	11,4	9,6	190,5	0,04	0,3	89,8	0,3	49,3	75,36	12,4	1,04	№491					
4	180	3,80	8,20	23,40	196,00	0,23	8,00	0,01	0,24	57,60	120,96	43,20	1,44	№511					
5	200	0,60	0,00	31,40	124,00	0,15	2,70	0,00	0,00	10,00	8,00	23,00	2,30	№639					
6	60	6,42	0,60	31,00	142,40	0,06	0,00	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	0,66						
Итого		27,42	25,07	115,00	794,20	50,46	28,64	89,86	10,66	218,36	451,40	170,66	8,37						
Вариант 12																			
Обед																			
1	100	2,40	0,40	11,00	50,00	46,60	0,14	0,04	0,34	76,66	140,00	46,66	2,00	№70/2015, №71/2015					
2	250	2,56	5,54	11,63	115,75	0,05	0,5	12,5	2,58	28,5	38,5	10,68	0,65	№148					
3	100	9,01	9,88	8,59	146,25	0,06	0,26	21,21	0,46	49,05	112,94	20,61	0,81	№466					
4	180	6,55	6,95	39,55	234,85	0,07	0,00	34,28	0,97	14,57	45,08	9,77	0,97	№516					
5	200	0,00	0,00	30,60	118,00	0,00	2,80	0,00	0,20	18,00	10,00	4,00	0,60	№648					
6	60	6,42	0,60	31,00	142,40	0,06	0,00	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	0,66						
Итого		20,57	24,27	132,37	807,25	46,84	3,70	68,03	5,33	200,58	398,72	111,52	5,69						
Всего за 12 дней		355,97	333,56	1539,37	10514,37	945,56	207,17	578,85	140,04	3826,34	6113,64	2010,86	189,62						
Средний суточный рацион		29,66	27,80	128,28	876,20														
Соотношение:		1,00	1,00	4,00															

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П.

Моклянского и В.А. Тутельяна. - М.: Дельта плюс, 2015. - 544с.

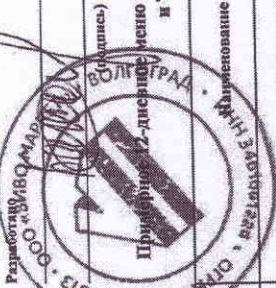
Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапшиной. - М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.

Зам. руководителя
И. А. Киселева
02.09.19г

Согласовано

Управление Роспотребнадзора по Волгоградской области

Согласовано
директор МУОШ № 65
И. В. Шиндлер



Приложение 12-дневное меню для организации горячего питания обучающихся 12-18 лет в МОУ Красноармейского, Дзержинского, Ворошиловского, Краснооктябрьского и Тракторозаводского районов г. Волгограда за счет средств родителей (законных представителей) (горячие обеды)

Муниципальное бюджетное учреждение «Тракторозаводского района г. Волгограда за счет средств районного бюджета»																	Номер по сборнику рецептур
Вход (в гр.)	Пищевые вещества (гр.)			Энерг. ценность (ккал)	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг					Fe		
	Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg						
Вариант 1																	
Обед																	
100	2,40	0,40	11,00	50,00	46,60	0,14	0,04	0,34	76,66	140,00	46,66	2,00	№70/2015, №71/2015				
250	2,50	6,20	16,30	132,50	123,75	10,00	0,18	0,38	32,50	92,50	12,50	0,38	№110				
100/30	10,20	13,65	12,48	216,30	0,05	0,17	21,8	3,12	41	100,68	15,9	6,2	№469				
180	3,80	8,20	23,40	196,00	0,23	8,00	0,01	0,24	57,60	120,96	43,20	1,44	№511				
200	0,2	0,16	35,8	142	0,01	0,9	0	0,08	14,18	4,4	5,14	0,95	№631				
60	6,42	0,60	31,00	142,40	0,06	0,00	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	0,66					
Итого		25,52	29,21	129,98	879,20	170,70	19,21	22,03	4,94	235,74	510,74	143,20	11,63				
Вариант 2																	
Обед																	
100	2,40	0,40	11,00	50,00	46,60	0,14	0,04	0,34	76,66	140,00	46,66	2,00	№70/2015, №71/2015				
250	2,56	5,54	11,63	115,75	0,05	0,5	12,5	2,58	28,5	38,5	10,68	0,65	№148				
100/100	40,4	28,16	6,54	328	0,03	2,4	0	0	47,2	308,3	44,06	6,13	№437				
180	3,80	8,10	26,30	196,00	0,00	2,80	0,00	0,20	18,00	10,00	4,00	0,60	№520/518				
200	0,00	0,00	30,60	118,00	0,00	2,80	0,00	0,20	18,00	10,00	4,00	0,60	№648				
60	6,42	0,60	31,00	142,40	0,06	0,00	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	0,66					
Итого		40,54	42,80	117,07	950,15	46,74	8,64	12,54	4,10	202,16	559,00	129,20	10,64				
Вариант 3																	
Обед																	
100	2,40	0,40	11,00	50,00	46,60	0,14	0,04	0,34	76,66	140,00	46,66	2,00	№70/2015, №71/2015				
250	3,70	5,60	25,00	168,70	0,00	5,88	0,00	0,38	22,50	96,25	16,25	0,50	№132				
230	20,7	10,4	42,0	343,5	0,170	7,500	32,200	0,630	41,500	217,700	62,020	2,190	№492				
200	0,40	0,00	27,40	106,00	0,00	2,80	0,00	0,20	18,00	10,00	4,00	0,60	№638				
60	6,42	0,60	31,00	142,40	0,06	0,00	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	0,66					
Итого		33,62	16,95	136,38	810,60	46,83	16,32	32,24	2,33	172,46	516,15	148,73	5,95				
Вариант 4																	
Обед																	
100	2,40	0,40	11,00	50,00	46,60	0,14	0,04	0,34	76,66	140,00	46,66	2,00	№70/2015, №71/2015				
250	3,70	3,70	22,50	141,30	0,10	8,75	0,01	0,00	55,00	110,00	35,00	1,88	№135				
100	16,60	19,20	10,80	278,00	0,08	0,51	81,40	0,89	79,45	78,53	16,16	28,98	№501				
180	10,10	12,96	49,50	363,60	0,24	0,00	45,00	0,56	29,69	236,64	158,09	5,32	№508				
200	0,2	0,16	35,8	142	0,01	0,9	0	0,08	14,18	4,4	5,14	0,95	№631				
60	6,42	0,60	31,00	142,40	0,06	0,00	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	0,66					
Итого:		31,70	37,02	160,60	1117,30	47,09	10,30	126,45	2,65	268,78	621,77	280,85	39,79				

Знак приобщения
А. Карачева
02.09.19г

[illegible]

Примерно 2-дневное меню для организации горячего питания обучающихся 12-18 лет в МОУ Красноармейского, Дзержинского, Ворошиловского, Краснооктябрьского (законных представителей) (горячие обеды)

в Тракторозаводского районов г.Волги рада за счет средств районного бюджета																	
Вариант	Вход (в гр.)	Пищевые вещества (гр.)				Энерг. ценность (ккал)	Витамины, мг						Минеральные вещества,мг				Номер по сборнику рецептур
		Б	Ж	У	Y		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe			
Вариант 1																	
Обед																	
1	100	2,40	0,40	11,00	50,00	46,60	0,14	0,04	0,34	76,66	140,00	46,66	2,00	№70/2015,			
2	250	2,50	6,20	16,30	132,50	123,75	10,00	0,18	0,38	32,50	92,50	12,50	0,38	№71/2015			
3	100/30	10,20	13,65	12,48	216,30	0,05	0,17	21,8	3,12	41	100,68	15,9	6,2	№110			
4	180	3,80	8,20	23,40	196,00	0,23	8,00	0,01	0,24	57,60	120,96	43,20	1,44	№469			
5	200	0,2	0,16	35,8	142	0,01	0,9	0	0,08	14,18	4,4	5,14	0,95	№631			
6	60	6,42	0,60	31,00	142,40	0,06	0,00	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	0,66				
Итого		25,52	29,21	129,98	879,20	170,70	19,21	22,03	4,94	235,74	510,74	143,20	11,63				
Вариант 2																	
Обед																	
1	100	2,40	0,40	11,00	50,00	46,60	0,14	0,04	0,34	76,66	140,00	46,66	2,00	№70/2015,			
2	250	2,56	5,54	11,63	115,75	0,05	0,5	12,5	2,58	28,5	38,5	10,68	0,65	№71/2015			
3	100/100	40,4	28,16	6,54	328	0,03	2,4	0	0	47,2	308,3	44,06	6,13	№148			
4	180	3,80	8,10	26,30	196,00	0,00	2,80	0,00	0,20	18,00	10,00	4,00	0,60	№437			
5	200	0,00	0,00	30,60	118,00	0,00	2,80	0,00	0,20	18,00	10,00	4,00	0,60	№520/518			
6	60	6,42	0,60	31,00	142,40	0,06	0,00	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	0,66	№548			
Итого		40,54	42,80	117,07	950,15	46,74	8,64	12,54	4,10	202,16	559,00	129,20	10,64				
Вариант 3																	
Обед																	
1	100	2,40	0,40	11,00	50,00	46,60	0,14	0,04	0,34	76,66	140,00	46,66	2,00	№70/2015,			
2	250	3,70	5,60	25,00	168,70	0,00	5,88	0,00	0,38	22,50	96,25	16,25	0,50	№71/2015			
3	230	20,7	10,4	42,0	343,5	0,170	7,500	32,200	0,630	41,500	217,700	62,020	2,190	№492			
4	200	0,40	0,00	27,40	106,00	0,00	2,80	0,00	0,20	18,00	10,00	4,00	0,60	№638			
5	60	6,42	0,60	31,00	142,40	0,06	0,00	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	0,66				
Итого		33,62	16,95	136,38	810,60	46,83	16,93	32,24	2,33	172,46	516,15	148,73	5,95				
Вариант 4																	
Обед																	
1	100	2,40	0,40	11,00	50,00	46,60	0,14	0,04	0,34	76,66	140,00	46,66	2,00	№70/2015,			
2	250	3,70	3,70	22,50	141,30	0,10	8,75	0,01	0,00	55,00	110,00	35,00	1,88	№71/2015			
3	100	16,60	19,20	10,80	278,00	0,08	0,51	81,40	0,89	79,45	78,53	16,16	28,98	№501			
4	180	10,10	12,96	49,50	363,60	0,24	0,00	45,00	0,56	29,69	236,64	158,09	5,32	№508			
5	200	0,2	0,16	35,8	142	0,01	0,9	0	0,08	14,18	4,4	5,14	0,95	№631			
6	60	6,42	0,60	31,00	142,40	0,06	0,00	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	0,66				
Итого		31,70	37,02	160,60	1117,30	47,09	10,30	126,45	2,65	268,78	621,77	280,85	39,79				

Разработано: **Волгоградский государственный университет**
 Ученый секретарь: **И.В. Шинкова**
 Волгоград, 02.09.19
 Удостоверенная печать: **Управление Роспотребнадзора по Волгоградской области**
 Руководитель: **И.С. Калашникова**

Примечание: 12-дневное меню для организации горячего питания обучающихся 7-11 лет в МОУ Красноармейского, Дзержинского, Ворошиловского, Красногвардейского и Тракторозаводского районов г. Волгограда за счет средств родителей (законных представителей) (горячие завтраки)

№ п/п	Выход (в гр.)	Наименование блюда	Пищевые вещества (гр.)				Энерг. ценность (ккал)	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг						Номер по сборнику рецептов
			Б	Ж	У			В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe					
Вариант 1																				
1	80/30	Тестели (2 вариант)	7,46	8,29	9,44		142	0,05	0,41	33	0,45	23,65	83,14	16,5	0,68		№462			
2	150	Картофельное пюре с маслом или картофель отварной с маслом	3,20	6,80	22,00		163,00	0,20	6,70	0,01	0,20	48,00	100,80	36,00	1,20		№520/518			
3	40	Хлеб пшеничный	4,28	0,40	20,67		94,93	0,04	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,44		№685			
4	200/15	Чай с сахаром	0,20	0,00	15,00		58,00	0,00	2,20	0,00	0,00	87,00	68,00	14,00	0,80					
		Итого:	15,14	15,49	67,11		457,93	0,29	9,31	33,01	1,17	167,85	286,74	79,70	3,12					
Вариант 2																				
1	150	Жаркое по-домашнему	13,90	15,50	14,20		252,86	0,10	5,80	0,00	2,70	5,80	176,40	36,40	3,30		№436			
2	200/15	Чай каркаде с сахаром	0,30	0,00	15,20		60,00	0,00	2,20	0,00	0,00	16,00	8,00	6,00	0,80		№685			
3	40	Хлеб пшеничный	4,28	0,40	20,67		94,93	0,04	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,44					
		Итого:	18,5	15,9	49,7		407,8	0,1	8,0	0,0	3,2	31,0	219,2	55,6	4,5					
Вариант 3																				
1	125	Чихохбили	9,75	9,5	8		158,75	0,03	1,04	74,8	0,26	41,11	62,8	10,37	0,87		№491			
2	150	Макаронные отварные	5,46	5,79	35,46		195,71	0,06	0,00	28,57	0,81	12,14	37,57	8,14	0,81		№516			
3	200	Компот из апельсинов	0,45	0,10	33,99		141,20	0,02	12,00	0,00	0,10	23,02	11,50	7,63	0,24		№636			
4	40	Хлеб пшеничный	4,28	0,40	20,67		94,93	0,04	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,44					
		Итого:	19,9	15,8	98,1		590,6	0,2	13,0	103,4	1,7	85,5	146,7	39,3	2,4					
Вариант 4																				
1	1шт	Йогурт	3	6	4,1		85	0,15	2,7	0,2	0,9	25	8	16	0		№289/2015			
2	150	Рагу из птицы	12,30	11,50	13,05		193,50	0,06	9,70	12,51	0,23	31,50	92,70	33,17	1,64		№639			
3	200	Компот из смеси сухофруктов	0,60	0,00	31,40		124,00	0,15	2,70	0,00	0,00	10,00	8,00	23,00	2,30					
4	40	Хлеб пшеничный	4,28	0,40	20,67		94,93	0,04	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,44					
		Итого:	20,18	17,90	68,43		497,43	0,40	15,10	12,71	10,65	75,70	143,50	85,37	4,38					
Вариант 5																				
1	150	Плов из птицы	13,51	6,71	27,34		224,00	0,11	4,9	21	0,41	27,07	142	40,45	1,4		№492			
2	150	Фрукт (яблоко или апельсин)	1,90	0,22	15,50		70,50	0,05	15,00	0,00	0,30	24,00	16,50	13,50	3,30					
3	40	Хлеб пшеничный	4,28	0,40	20,67		94,93	0,04	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,44					
4	200/15	Чай каркаде с сахаром	0,30	0,00	15,20		60,00	0,00	2,20	0,00	0,00	16,00	8,00	6,00	0,80		№685			
		Итого:	19,99	7,33	78,71		449,43	0,20	22,10	21,00	1,23	76,27	201,30	73,15	5,94					
Вариант 6																				
1	80/30	Фрикадельки в соусе	8,63	11,55	10,56		183,00	0,04	0,14	18,43	2,64	34,7	85,19	13,49	5,24		№469			
2	150	Картофельное пюре с маслом или картофель отварной с маслом	3,20	6,80	22,00		163,00	0,20	6,70	0,01	0,20	48,00	100,80	36,00	1,20		№520/518			
3	200	Компот из свежих яблок	0,2	0,16	35,8		142	0,01	0,9	0	0,08	14,18	4,4	5,14	0,95		№631			
4	40	Хлеб пшеничный	4,28	0,40	20,67		94,93	0,04	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,44					
		Итого:	16,31	18,91	89,03		582,93	0,29	7,74	18,44	3,44	106,08	225,19	67,83	7,83					
Вариант 7																				
1	80	Биточки мясные паровые	7,21	7,90	6,87		117,00	0,05	0,21	16,97	0,37	39,24	90,35	16,49	0,65		№466			
2	150	Каши гречневая рассыпчатая	8,40	10,80	41,25		303,00	0,20	0,00	37,50	0,47	24,74	197,20	131,74	4,43		№508			
3	200/15	Чай с сахаром	0,20	0,00	15,00		58,00	0,00	2,20	0,00	0,00	87,00	68,00	14,00	0,80		№685			
4	40	Хлеб пшеничный	4,28	0,40	20,67		94,93	0,04	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,44					
		Итого:	20,1	20,8	83,8		572,9	0,3	2,4	54,5	1,4	160,2	390,4	175,4	6,3					

1990

область
Эм. Рудометов
И. Д. Кавычина

02 05/19

[illegible]

№ п/п	Наименование блюда	Выход (в гр.)	Пищевые вещества (гр.)				Энерг. ценность (ккал)	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг						Помер по сборнику рецептов
			Б	Ж	У			В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe					
	Вариант 1																			
1	Тертая (2 вариант)	80/30	7,46	8,29	9,44			142	0,05	0,41	33	0,45	23,65	83,14	16,5	0,68	№462			
2	Картофельное пюре с маслом или картофель отварной с маслом	150	3,20	6,80	22,00			163,00	0,20	6,70	0,01	0,20	48,00	100,80	36,00	1,20	№520/518			
3	Хлеб пшеничный	40	4,28	0,40	20,67			94,93	0,04	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,44				
4	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,00	15,00			58,00	0,00	2,20	0,00	0,00	87,00	68,00	14,00	0,80	№685			
	Итого:		15,14	15,49	67,11			457,93	0,29	9,31	33,01	1,17	167,85	286,74	79,70	3,12				
	Вариант 2																			
1	Жаркое по-домашнему	150	13,90	15,50	14,20			252,86	0,10	5,80	0,00	2,70	5,80	176,40	36,40	3,30	№436			
2	Чай каркаде с сахаром	200/15	0,30	0,00	15,20			60,00	0,00	2,20	0,00	0,00	16,00	8,00	6,00	0,80	№685			
3	Хлеб пшеничный	40	4,28	0,40	20,67			94,93	0,04	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,44				
	Итого:		18,5	15,9	49,7			407,8	0,1	8,0	0,0	3,2	31,0	219,2	55,6	4,5				
	Вариант 3																			
1	Чахохбили	125	9,75	9,5	8			158,75	0,03	1,04	74,8	0,26	41,11	62,8	10,37	0,87	№491			
2	Макаронные отварные	150	5,46	5,79	35,46			195,71	0,06	0,00	28,57	0,81	12,14	37,57	8,14	0,81	№616			
3	Компот из апельсинов	200	0,45	0,10	33,99			141,20	0,02	12,00	0,00	0,10	23,02	11,50	7,63	0,24	№636			
4	Хлеб пшеничный	40	4,28	0,40	20,67			94,93	0,04	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,44				
	Итого:		19,9	15,8	98,1			590,6	0,2	13,0	103,4	1,7	85,5	146,7	39,3	2,4				
	Вариант 4																			
1	Йогурт	1шт	3	6	4,1			85	0,15	2,7	0,2	0,9	25	8	16	0				
2	Ратун из птицы	150	12,30	11,50	13,05			193,50	0,06	9,70	12,51	0,23	31,50	92,70	33,17	1,64	№289/2015			
3	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,00	31,40			124,00	0,15	2,70	0,00	0,00	10,00	8,00	23,00	2,30	№639			
4	Хлеб пшеничный	40	4,28	0,40	20,67			94,93	0,04	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,44				
	Итого:		20,18	17,90	68,43			497,43	0,40	15,10	12,71	10,65	75,70	143,50	85,37	4,38				
	Вариант 5																			
1	Плов из птицы	150	13,51	6,71	27,34			224,00	0,11	4,9	21	0,41	27,07	142	40,45	1,4	№492			
2	Фрукт (яблоко или апельсин)	150	1,90	0,22	15,50			70,50	0,05	15,00	0,00	0,30	24,00	16,50	13,50	3,30				
3	Хлеб пшеничный	40	4,28	0,40	20,67			94,93	0,04	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,44				
4	Чай каркаде с сахаром	200/15	0,30	0,00	15,20			60,00	0,00	2,20	0,00	0,00	16,00	8,00	6,00	0,80	№685			
	Итого:		19,99	7,33	78,71			449,43	0,20	22,10	21,00	1,23	76,27	201,30	73,15	5,94				
	Вариант 6																			
1	Фрикадельки в соусе	80/30	8,63	11,55	10,56			183,00	0,04	0,14	18,43	2,64	34,7	85,19	13,49	5,24	№469			
2	Картофельное пюре с маслом или картофель отварной с маслом	150	3,20	6,80	22,00			163,00	0,20	6,70	0,01	0,20	48,00	100,80	36,00	1,20	№520/518			
3	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,16	35,8			142	0,01	0,9	0	0,08	14,18	4,4	5,14	0,95	№631			
4	Хлеб пшеничный	40	4,28	0,40	20,67			94,93	0,04	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,44				
	Итого:		16,31	18,91	89,03			382,93	0,29	7,74	18,44	3,44	106,08	225,19	67,83	7,83				
	Вариант 7																			
1	Биточки мясные паровые	80	7,21	7,90	6,87			117,00	0,05	0,21	16,97	0,37	39,24	90,35	16,49	0,65	№466			
2	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,40	10,80	41,25			303,00	0,20	0,00	37,50	0,47	24,74	197,20	131,74	4,43	№508			
3	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,00	15,00			58,00	0,00	2,20	0,00	0,00	87,00	68,00	14,00	0,80	№685			
4	Хлеб пшеничный	40	4,28	0,40	20,67			94,93	0,04	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,44				
	Итого:		20,1	20,8	83,8			572,9	0,3	2,4	54,5	1,4	160,2	390,4	175,4	6,3				

Зам. руководителя
И. А. Кучакина
02.09.19г

Согласовано
Управление Роспотребнадзора по Волгоградской области



Разработано ООО «Волгоград» (индекс) № 176344302813
меню для организации горячего питания обучающихся 12-18 лет в МОУ Красноармейского, Дзержинского, Ворошиловского, Краснооктябрьского и Тракторозаводского районов г. Волгограда за счет средств родителей (законных представителей) (горячие обеды)

Вариант	Выход (в гр.)	Пищевые вещества (гр.)				Энерг. ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				Номер по сборнику рецептов
		Б	Ж	У			В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Вариант 1															
Обед															
1	100	2,40	0,40	11,00		46,60	0,14	0,04	0,34	76,66	140,00	46,66	2,00	№70/2015, №71/2015	
2	250	2,50	6,20	16,30		123,75	10,00	0,18	0,38	32,50	92,50	12,50	0,38	№110	
3	100/30	10,20	13,65	12,48		216,30	0,05	0,17	21,8	3,12	41	100,68	15,9	№469	
4	180	3,80	8,20	23,40		196,00	0,23	8,00	0,01	0,24	57,60	120,96	43,20	№511	
5	200	0,2	0,16	35,8		142	0,01	0,9	0	0,08	14,18	4,4	5,14	№631	
6	60	6,42	0,60	31,00		142,40	0,06	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	0,66		
Итого		25,52	29,21	129,98		879,20	170,70	22,03	4,94	235,74	510,74	143,20	11,63		
Вариант 2															
Обед															
1	100	2,40	0,40	11,00		50,00	46,60	0,14	0,04	0,34	76,66	140,00	46,66	2,00	№70/2015, №71/2015
2	250	2,56	5,54	11,63		115,75	0,05	0,5	12,5	2,58	28,5	38,5	10,68	0,65	№148
3	100/100	40,4	28,16	6,54		328	0,03	2,4	0	0	47,2	308,3	44,06	6,13	№437
4	180	3,80	8,10	26,30		196,00	0,00	2,80	0,00	0,20	18,00	10,00	4,00	0,60	№520/518
5	200	0,00	0,00	30,60		118,00	0,00	2,80	0,00	0,20	18,00	10,00	4,00	0,60	№648
6	60	6,42	0,60	31,00		142,40	0,06	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	0,66		
Итого		40,54	42,80	117,07		950,15	46,74	8,64	12,54	4,10	202,16	559,00	129,20	10,64	
Вариант 3															
Обед															
1	100	2,40	0,40	11,00		50,00	46,60	0,14	0,04	0,34	76,66	140,00	46,66	2,00	№70/2015, №71/2015
2	250	3,70	5,60	25,00		168,70	0,00	5,88	0,00	0,38	22,50	96,25	16,25	0,50	№132
3	230	20,7	10,4	42,0		343,5	0,170	7,500	32,200	0,630	41,500	217,700	62,020	2,190	№492
4	200	0,40	0,00	27,40		106,00	0,00	2,80	0,00	0,20	18,00	10,00	4,00	0,60	№638
5	60	6,42	0,60	31,00		142,40	0,06	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	0,66		
Итого		33,62	16,95	136,38		810,60	46,83	16,32	32,24	2,33	172,46	516,15	148,73	5,95	
Вариант 4															
Обед															
1	100	2,40	0,40	11,00		50,00	46,60	0,14	0,04	0,34	76,66	140,00	46,66	2,00	№70/2015, №71/2015
2	250	3,70	3,70	22,50		141,30	0,10	8,75	0,01	0,00	55,00	110,00	35,00	1,88	№135
3	100	16,60	19,20	10,80		278,00	0,08	0,51	81,40	0,89	79,45	78,53	16,16	28,98	№501
4	180	10,10	12,96	49,50		363,60	0,24	0,00	45,00	0,56	29,69	236,64	158,09	5,32	№508
5	200	0,2	0,16	35,8		142	0,01	0,9	0	0,08	14,18	4,4	5,14	0,95	№631
6	60	6,42	0,60	31,00		142,40	0,06	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	0,66		
Итого:		51,70	37,02	160,60		1117,30	47,09	10,30	126,45	2,65	268,78	621,77	280,85	39,79	



КОПИЯ ВЕРНА

Парикмахерская «Виза»
ООО «Виза»

Применение расчетного меню для организации горячего питания обучающихся 12-18 лет в МОУ Красноярмейского, Дзержинского, Ворошиловского, Краснооктябрьского и Тракторозаводского районов г. Волгограда за счет средств родителей (законных представителей) (горячие обеды)

Сотрудник
Управление Роспотребнадзора по Волгоградской области

(подпись)

А.А. Киселев

02.05.19

Директор

№ п/п	Наименование блюда	Выход (в гр.)	Пищевые вещества (гр.)			Энерг. ценность (ккал)	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг					Номер по сборнику рецептов
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е		Са	Р	Мг	Fe		
Вариант 5																	
Обед																	
1	Овощи отварные, соленные, свежие	100	2,40	0,40	11,00	50,00	46,60	0,14	0,04	0,34	76,66	140,00	46,66	2,00	№70/2015, №71/2015		
2	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	7,50	7,00	27,80	208,70	0,15	10,00	0,01	0,00	700,00	155,00	46,25	2,50	№139		
3	Птица, тушенная в сметанном соусе	100/100	23,6	20,3	5,9	300,0	0,10	2,88	75,00	1,93	77,80	181,00	26,28	1,83	№493		
4	Макаронные отварные	180	6,55	6,95	39,55	234,85	0,07	0,00	34,28	0,97	14,57	45,08	9,77	0,97	№516		
5	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,00	31,40	124,00	0,15	2,70	0,00	9,00	10,00	8,00	23,00	2,30	№639		
6	Хлеб пшеничный	60	6,42	0,60	31,00	142,40	0,06	0,00	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	0,66			
Итого			28,30	35,20	146,65	1059,95	47,13	15,72	109,33	13,02	892,83	581,28	171,76	10,26			
Вариант 6																	
Обед																	
1	Овощи отварные, соленные, свежие	100	2,40	0,40	11,00	50,00	46,60	0,14	0,04	0,34	76,66	140,00	46,66	2,00	№70/2015, №71/2015		
2	Борщ с капустой и картофелем	250	2,50	6,20	16,30	132,50	123,75	10,00	0,18	0,38	32,50	92,50	12,50	0,38	№110		
3	Рыба, тушенная в томате с овощами	100/100	19,50	9,90	7,60	210,00	0,10	7,45	11,63	5,04	78,13	324,38	97,06	1,70	№374		
4	Рис отварной	180	3,80	8,20	23,40	196,00	0,23	8,00	0,01	0,24	57,60	120,96	43,20	1,44	№511		
5	Кисель на концентратах на плодовых или ягодных экстрактах	200	0,00	0,00	30,60	118,00	0,00	2,80	0,00	0,20	18,00	10,00	4,00	0,60	№648		
6	Хлеб пшеничный	60	6,42	0,60	31,00	142,40	0,06	0,00	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	0,66			
Итого:			24,33	22,66	119,90	848,90	170,74	28,39	11,86	6,98	276,69	740,04	223,22	6,78			
Вариант 7																	
Обед																	
1	Овощи отварные, соленные, свежие	100	2,40	0,40	11,00	50,00	46,60	0,14	0,04	0,34	76,66	140,00	46,66	2,00	№70/2015, №71/2015		
2	Щи из свежей капусты с картофелем	250	2,50	5,00	8,60	91,30	3,38	17,50	0,01	0,00	11,00	54,88	25,00	0,93	№124		
3	Жаркое по-домашнему	200	18,53	20,70	18,93	337,15	0,13	7,73	0,00	3,60	7,73	235,20	48,53	4,40	№436		
4	Компот из яблок	200	0,40	0,00	27,40	106,00	0,00	2,80	0,00	0,20	18,00	10,00	4,00	0,60	№638		
5	Хлеб пшеничный	60	6,42	0,60	31,00	142,40	0,06	0,00	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	0,66			
Итого			30,25	23,68	96,93	726,85	50,17	28,17	0,05	4,92	127,19	492,28	143,99	8,59			
Вариант 8																	
Обед																	
1	Овощи отварные, соленные, свежие	100	2,40	0,40	11,00	50,00	46,60	0,14	0,04	0,34	76,66	140,00	46,66	2,00	№70/2015, №71/2015		
2	Суп-лапша домашняя	250	2,56	5,54	11,63	115,75	0,05	0,5	12,5	2,58	28,5	38,5	10,68	0,65	№148		
3	Теряени (2 вариант)	100/30	8,82	9,8	11,16	167,82	0,06	0,5	39	0,53	27,95	98,3	19,5	0,8	№462		
4	Картофельное пюре с маслом или картофелем, отварной с маслом	180	3,80	8,10	26,30	196,00	0,00	2,80	0,00	0,20	18,00	10,00	4,00	0,60	№620/518		
5	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,00	31,40	124,00	0,15	2,70	0,00	9,00	10,00	8,00	23,00	2,30	№639		
6	Хлеб пшеничный	60	6,42	0,60	31,00	142,40	0,06	0,00	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	0,66			
Итого			36,60	24,44	122,49	795,97	46,92	6,64	51,54	13,43	174,91	347,00	123,64	7,01			



КОПИЯ ВЕРНА

Разработано

Согласовано
Управление Роспотребнадзора по Волгоградской области

(подпись)

И. А. Калашникова
02.05.15

Примерное 12-дневное меню для организации горячего питания обучающихся 12-18 лет в МОУ Красноармейского, Дзержинского, Ворошиловского, Краснокутского и Тракторозаводского районов г. Волгодонска за счет средств родителей (законных представителей) (горячие обеды)

№ п/п	Наименование блюда	Выход (в гр.)	Пищевые вещества (гр.)			Энерг. ценность (ккал)	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг						Номер по сборнику рецептов
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe					
Вариант 9																			
Обед																			
1	Омлет отварной, солёный, свежий	100	2,40	0,40	11,00	50,00	46,60	0,14	0,04	0,34	76,66	140,00	46,66	2,00	№70/2015, №71/2015				
2	Суп картофельный с боровиной (горох)	250	7,50	7,00	27,80	208,70	0,15	10,00	0,01	0,00	700,00	155,00	46,25	2,50	№139, №499				
3	Котлета рубленая из птицы	100/5	17,40	12,14	26,50	253,00	0,20	0,90	33,80	68,40	57,38	80,00	22,20	3,62	№541, №648				
4	Рагу овощное	180	5,10	9,20	19,20	175,00	4,41	0,36	0,00	0,00	1,10	14,40	86,40	58,80					
5	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	0,00	0,00	30,60	118,00	0,00	2,80	0,00	0,20	18,00	10,00	4,00	0,60					
6	Хлеб пшеничный	60	6,42	0,60	31,00	142,40	0,06	0,00	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	0,66					
Итого			26,60	29,34	146,10	947,10	51,42	14,20	33,85	69,72	866,94	451,60	225,31	68,18					
Вариант 10																			
Обед																			
1	Омлет отварной, солёный, свежий	100	2,40	0,40	11,00	50,00	46,60	0,14	0,04	0,34	76,66	140,00	46,66	2,00	№70/2015, №71/2015				
2	Борщ с капустой и картофелем	250	2,50	6,20	16,30	132,50	123,75	10,00	0,18	0,38	32,50	92,50	12,50	0,38	№110, №289/2015				
3	Рагу из птицы	250	19,00	16,60	21,80	310,00	0,10	16,20	20,85	0,38	52,56	154,56	55,28	2,74	№631				
4	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,16	35,8	142	0,01	0,9	0	0,08	14,18	4,4	5,14	0,95					
5	Хлеб пшеничный	60	6,42	0,60	31,00	142,40	0,06	0,00	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	0,66					
Итого			30,52	22,92	115,90	776,90	170,52	27,24	21,07	1,96	189,70	443,66	139,38	6,73					
Вариант 11																			
Обед																			
1	Омлет отварной, солёный, свежий	100	2,40	0,40	11,00	50,00	46,60	0,14	0,04	0,34	76,66	140,00	46,66	2,00	№70/2015, №71/2015				
2	Щи из свежей капусты с картофелем	250	2,50	5,00	8,60	91,30	3,38	17,50	0,01	0,00	11,00	54,88	25,00	0,93	№124, №491				
3	Чакхолби	150	11,7	11,4	9,6	190,5	0,04	0,3	89,8	0,3	49,3	75,36	12,4	1,04	№511, №639				
4	Рис отварной	180	3,80	8,20	23,40	196,00	0,23	8,00	0,01	0,24	57,60	120,96	43,20	1,44					
5	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,00	31,40	124,00	0,15	2,70	0,00	9,00	10,00	8,00	23,00	2,30					
6	Хлеб пшеничный	60	6,42	0,60	31,00	142,40	0,06	0,00	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	0,66					
Итого			27,42	25,07	115,00	794,20	50,46	28,64	89,86	10,66	218,36	451,40	170,66	8,37					
Вариант 12																			
Обед																			
1	Омлет отварной, солёный, свежий	100	2,40	0,40	11,00	50,00	46,60	0,14	0,04	0,34	76,66	140,00	46,66	2,00	№70/2015, №71/2015				
2	Суп-лапша домашняя	250	2,56	5,54	11,63	115,75	0,05	0,5	12,5	2,58	28,5	38,5	10,68	0,65	№148, №466				
3	Выпечка мясные паровые	100	9,01	9,88	8,59	146,25	0,06	0,26	21,21	0,46	49,05	112,94	20,61	0,81	№516, №648				
4	Макаронные отварные	180	6,55	6,95	39,55	234,85	0,07	0,00	34,28	0,97	14,57	45,08	9,77	0,97					
5	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	0,00	0,00	30,60	118,00	0,00	2,80	0,00	0,20	18,00	10,00	4,00	0,60					
6	Хлеб пшеничный	60	6,42	0,60	31,00	142,40	0,06	0,00	0,00	0,78	13,80	52,20	19,80	0,66					
Итого			20,57	24,27	132,37	807,25	46,84	3,70	68,03	5,33	200,58	398,72	111,52	5,69					
Всего за 12 дней			355,97	333,56	1539,37	10514,37	945,56	207,17	578,85	140,04	3826,34	6113,64	2010,86	189,62					
Средний суточный рацион			29,66	27,80	128,28	876,20													
Сопровождение: 2			1,00	1,00	4,00														

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся по всем образовательным учреждениям / Под ред. М.П.

Могилёвского и В.А. Туганова. - М.: Дельта, 2015. - 544с.

Сборник рецептов и кулинарных изданий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Липинской. - М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.

КОПИЯ ВЕРНА