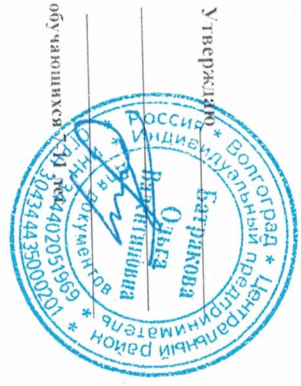




05.08.2025

Расписание 10-11 классов для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся

Прием пищи, наименование блюда		8 Вариант					Сбалансированный рацион	
		Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал		№ рецеп-туры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
Каши молочная жидкая манная ТТК №83	200	6,5	9,2	25,7	178,7	ТТК №83		
Бутерброд с сыром ТТК №380	30/10/10	4,7	5,1	17,1	149,9	ТТК №380		
Чай с сахаром и лимоном ТТК №301	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301		
Батон	50	3,9	1,5	25,1	129,5	ТТК №178		
Итого за прием пищи:	500	15,4	15,8	83,1	518,1			
Обед								
Омлет свежий ТТК №1	60	0,5	0,1	1,0	7,6	ТТК №1		
Суп из овощей ТТК №205	200	1,9	2,6	12,8	99,0	ТТК №205		
Плов из птицы ТТК №67	150	16,8	26,5	28,0	353,8	ТТК №67		
Компот из смеси сухофруктов ТТК №53	200	0,4	0,0	20,4	84,0	ТТК №53		
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК №6		
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	138,5	ТТК №7		
Итого за прием пищи:	730	27,8	30,1	115,3	797,7			
Всего за день:		43,2	45,9	198,4	1315,8			

Зав. продовольствием	
----------------------	--

Зав. производством _____

Депутат
№ 815. Александр



ЕЖЕГОВЫЕ ОТЧЕТЫ

9 Выводы

9 Вариант							
Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Каша пшеничная молочная вязкая ТТК №108	200	10,4	9,2	38,0	324,0	ТТК №108	
Бутерброд с колбасой ТТК №127	40/10/50	4,7	7,3	51,1	277,5	ТТК №127	2004
Яйцо вареное всмятку №337	1шт	7,9	7,1	0,4	97,5	337	
Чай с сахаром ТТК №302	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302	
Итого за прием пищи:	564	23,2	23,6	104,5	756,8		
Обед							
Морковь отварная ТТК №128	60	1,2	0,1	4,0	24,0	ТТК №128	
Суп с макаронными изделиями ТТК №46	200	1,9	4,5	12,6	96,8	ТТК №46	
Рыбная поджарка ТТК №679	120	13,9	12,6	6,7	143,3	ТТК №679	
Рис отварной ТТК №69	150	3,8	12,4	38,9	283,3	ТТК №69	
Компот из свежих плодов ТТК №52	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	29,1	30,6	129,5	859,9		
Всего за день:		52,3	54,2	234,0	1 616,7		

Зав. производством _____

Ежедневное 10-ти дневное меню для обеспечения оптимальной диетой организма



УТВЕРЖДАЮ



10 Вариант

10 Вариант									
Присм пиши, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сложность рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					
Завтрак									
Каши овсяная молочная вязкая ТТК №101	200	10,5	9,9	37,8		267,4	ТТК №101		
Бутерброд с сыром ТТК №380	30/10/10	4,7	5,1	17,1		149,9	ТТК №380		
Чай с сахаром и лимоном ТТК №301	200	0,3	0,0	0,0		60,0	ТТК №301	2011	
Фрукты свежие (яблоко) №338	200	0,8	0,8	19,0		91,2	338		
Итого за присм пиши:	650	16,3	15,8	89,1		568,5			
Обед									
Помидор свежий ТТК №2	60	0,6	0,0	1,4		8,2	ТТК №3		
Щи из свежей капусты с картофелем ТТК №47	200	1,6	3,0	8,0		70,4	ТТК №47		
Фрикадельки мясные в соусе ТТК №60	90/30	16,5	19,5	17,4		298,5	ТТК №60		
Каши гречневая вязкая (грипп) ТТК №132	150	6,2	7,4	27,1		146,3	ТТК №132	2004	
Сок фруктовый (яблочный) №707	180	0,9	0,2	17,7		80,3	707		
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3		114,8	ТТК № 6		
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8		138,5	ТТК № 7		
Итого за присм пиши:	830	34,3	31,1	128,4		873,2			
Всего за день:		50,6	46,9	217,5		1 441,7			

Зав. производством

Журнал № 21 от 11.05.2011 г.

Российская Федерация
Индивидуальный предприниматель
Евгений Владимирович
Васильев
ИНН 34-040203696
ОГРН 34-0434435002021

Пример пяти, наименование бюллетеня

3. Вариант							
Присем пиши, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Содержание продукта
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Каша пшеничная молоточная вязкая ТТК №108	200	10,4	9,2	38,0	324,0	ТТК №108	
Булгур с помидором ТТК №127	40/10/50	4,7	7,3	51,1	277,5	ТТК №127	
Чай с сахаром и лимоном ТТК №301	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301	
Итого за присем пиши:	700	15,4	16,5	104,3	661,3		
Обед							
Помидор свежий ТТК №2	60	0,6	0,0	1,4	8,2	ТТК №2	
Суп картофельный ТТК №87	200	2,8	2,9	9,3	78,7	ТТК №87	
Пюре картофельное с филе курицы ТТК №468	150	17,8	27,0	33,5	376,7	ТТК №468	2004
Пюре картофельное с филе курицы ТТК №468	200	0,6	0,0	32,0	131,9	707	
Сок фруктовый (мультифруктовый) №707	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК №6	
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	138,5	ТТК №7	
Хлеб пшеничный	730	30,0	30,8	129,3	848,8		
Итого за присем пиши:		45,4	47,3	233,6	1 510,1		
Всего за день:							

Зав. производством



20.03.2025

Личное меню для обеспечения бесплатным диетическим питанием обучающихся 7-11 лет

4 Вариант

Пример пищи, наименование блюда	4 Вариант						
	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
	Завтрак						
Каша вязкая молочная рисовая с творогом ТТК №653	200	7,8	13,0	30,2	225,8	ТТК №653	2004
Яйцо вареное всмятку №337	1шт	7,9	7,1	0,4	97,5	337	
Чай с сахаром каркаде ТТК №241	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	20,4	20,5	74,8	519,1		
	Обед						
Отурец свежий ТТК №1	60	0,5	0,1	1,0	7,6	ТТК №1	
Щи из свежей капусты с картофелем ТТК №47	200	1,6	3,0	8,0	70,4	ТТК №47	
Фрикадельки мясные в соусе ТТК №60	90/30	16,5	19,5	17,4	298,5	ТТК №60	
Каша гречневая вязкая (фарш) ТТК №132	150	6,2	7,4	27,1	146,3	ТТК №132	
Компот из смеси сухофруктов ТТК №53	200	0,4	0,0	20,4	84,0	ТТК №53	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6	
Хлеб пеклепанный	50	3,2	0,4	20,6	98,9	ТТК № 7	
Хлеб пеклепанный	830	32,1	30,7	118,8	820,5		
Итого за прием пищи:		52,5	51,2	193,6	1 339,6		
Всего за день:							

Зав. производством

Директор
МБОУ «Школа №1»
И.И. Сидорова



Распечатать меню для обеспечения бесплатным горячим питанием обучающихся 7-11 классов

до 03.2025



Утверждаю

5 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					
Завтрак									
Консервы овощные закусочные (ирра кабачковая) №101	100	1,9	9,2	8,0	123,2	101	2004		
Омлет натуральный ТТК №72	150	15,3	18,9	24,4	249,4	ТТК №72			
Чай с сахаром ТТК №302	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302	2004		
Бутерброд с маслом №1	30/10	2,3	7,5	14,7	135,0	1			
Хлеб пшеничный	30	2,2	0,2	14,6	68,9	ТТК №6			
Итого за прием пищи:	520	21,9	35,8	76,7	634,5				
Обед									
Морковь отварная ТТК №128	100	2,0	0,1	6,7	34,0	ТТК №128			
Суп из овощей ТТК №205	200	1,9	2,6	12,8	99,0	ТТК №205			
Тфтели (1-й вариант) с соусом ТТК №65	90/30	10,6	16,8	17,3	208,9	ТТК №65			
Каша пшенная вязкая (гарнир) ТТК №134	150	5,3	6,3	24,4	168,3	ТТК №134			
Компот из яблок ТТК №51	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	40	2,5	0,4	16,5	79,2	ТТК №7			
Итого за прием пищи:	860	26,4	26,6	123,5	792,7				
Всего за день:		48,3	62,4	200,2	1427,2				
Зав. производством									

ГОУ «Волжская школа № 1»
ИНН 3438381166 ОГРН 1023402001512
КОМПЕТ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
ГОСДАРСТВЕННОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ВОЛЖСКАЯ ШКОЛА № 1»

20.05.2025

6 Варьянт

6. Вариант									
Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сбалансированность	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					
Завтрак									
Яйцо вареное всмятку №37	1шт	7,9	7,1	0,4	97,5	337	2004		
Каша вязкая молотая из риса и пшена Дружба с маслом ТТК №103	200	8,7	13,7	28,4	220,6	ТТК №103			
Чай с сахаром каркаде ТТК №241	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									
Морковь отварная ТТК №128	60	1,2	0,1	4,0	24,0	ТТК №128			
Суп картофельный с бобовыми (горох) ТТК №43	200	4,4	4,7	16,0	130,4	ТТК №43			
Горбуша из мяса птицы ТТК №38	90	10,3	16,3	19,5	246,3	ТТК №38			
Макаронные изделия отварные ТТК №129	150	3,6	7,4	26,2	184,3	ТТК №129			
Компот из яблок ТТК №51	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 пеклеватый	70	4,5	0,6	28,8	138,5	ТТК №7			
Итого за прием пищи:	820	28,1	29,5	140,3	926,8				
Всего за день:		49,4	50,7	213,3	1440,7				

Зав. производством _____

Зав. производством

20.03.2025



Од:

7-1

Зав. производством