

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

УТВЕРЖДАЮ:

Региональный руководитель г.Волгограда,

Е.С. Прокудина

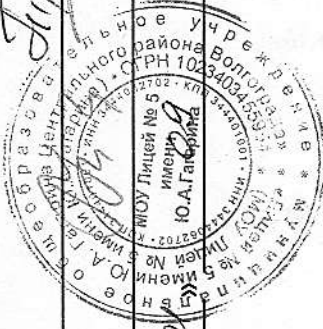
« 07 » _____ 2025 г.



СОГЛАСОВАНО:

Руководитель общеобразовательного учреждения № 5

Тропкеева Л.А.



« 07 » _____ 2025 г.

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

1 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Подлник						
АДКАЯ БУЛОЧКА	150				606,10	Сборник рецептов или ТТК
	200					Сборник рецептов или ТТК
	350	10,56	14,45	109,07		
ого за прием пищи:						

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

2 Вариант

Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (полдники) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет МОУ Волгограда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	150				517,30	Сборник рецептов или ТТК
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	350	12,76	9,37	95,63		

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

3 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ВИШНЕЙ	150					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблок)	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	350	8,99	8,69	113,45	569,60	

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

4 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ПЮШКА МОСКОВСКАЯ	150					Сборник рецептов или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	350	10,93	14,79	111,42	620,06	

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

5 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150					Сборник рецептов или ТТК
	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	350	12,76	9,37	95,63	517,30	

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

6 Вариант

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ВИШНЕЙ КОМПЮТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблок)	150				569,60	Сборник рецептов или ТТК
	200					Сборник рецептов или ТТК
	350					
Итого за прием пищи:						

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

8 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА Итого за прием пищи:	150					Сборник рецептов или ТТК
	200					Сборник рецептов или ТТК
		350	10,96	8,17	97,13	506,40

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

9 Вариант

Примем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Подлинник						
ПШОШКА МОСКОВСКАЯ	150					Сборник рецептов или ТТК
	200					Сборник рецептов или ТТК
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ						
Итого за прием пищи:	350	13,13	16,09	109,12	633,26	

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

10 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ВИШНЕЙ	150					Сборник рецептов или ТТК
	200					Сборник рецептов или ТТК
	350	8,89	8,49	114,15	567,20	
Итого за прием пищи:						

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

11 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Подлник						
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА Итого за прием пищи:	150					Сборник рецептов или ТТК
	200					Сборник рецептов или ТТК
	350	10,96	8,17	97,13		506,40

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

12 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Поддник						
ПШОШКА МОСКОВСКАЯ	150					Сборник рецептур или ТТК
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200					
Итого за прием пищи:	350	13,13	16,09	109,12	633,26	
ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ						
Итого						
Итого за период		6	ж	уг	ккал	
		132,62	136,82	1 274,37	6 852,58	
Среднее значение за период		11,05	11,40	106,20	571,05	
Соотношение пищевых веществ		1	1	4		
Сборник рецептур или ТТК						
Сборник рецептур или ТТК						