

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ

Утверждаю:
Директор:



30.03.2021

Согласовано:

Директор: *МАРГУ и СИИ + 5"*
Л. В. Меньша

1 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|--|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ №311К | 90 | 8,60 | 10,40 | 6,80 | 158,30 | 311К | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203 | 150 | 3,70 | 5,70 | 28,20 | 195,70 | 203 | 2017 |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ или ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ № 1 | 60 | 0,41 | 0,1 | 0,84 | 5,0 | 1 | |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53 | 200 | 0,30 | 0,00 | 16,00 | 66,40 | 53 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6 | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 70,90 | 6 | |
| Итого за прием пищи: | 530 | 15,38 | 16,45 | 66,33 | 496,30 | | |