

# 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ



Согласовано:

Директор: *И.И. Ибрагимов*

6 день

|                                    |              |                  |         |             |                               |             |                  |
|------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| Прием пищи, наименование блюда     | Масса порции | 6 день           |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|                                    |              | Пищевые вещества |         |             |                               |             |                  |
|                                    |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |                  |
| Завтрак                            |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ №181 | 180          | 9,50             | 9,20    | 35,66       | 238,06                        | 181         |                  |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ №3      | 35/5/10      | 5,80             | 8,00    | 11,60       | 147,00                        | 3           | 2017             |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379   | 200          | 3,16             | 2,66    | 15,94       | 100,60                        | 379         |                  |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338        | 150          | 0,80             | 0,80    | 17,90       | 85,50                         | 338         | 2017             |
| Итого за прием пищи:               | 580          | 19,26            | 20,66   | 81,10       | 571,16                        |             |                  |