

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ

Утверждаю
Директор



23.12.2019
7 день

Согласовано

Директор

Прием пищи, наименование блюда		Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (КАПУСТА КВАШЕНАЯ №3 или ИКРА КАБАЧКОВАЯ №88)		60	0,90	4,30	3,75	57,70	3/88	
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 455/363		90/30	9,00	8,70	20,20	205,60	455/363	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ТАРНИР) №303		150	3,99	4,50	17,72	125,90	303	
КОМПОТ ИЗ 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:		560	16,56	17,80	72,16	526,50		
Полдник								
БУЛОЧКА СДОБНАЯ №146		100	8,90	9,50	31,50	220,10	146	
ЧАЙ С САХАРОМ № 685		200	0,20	0,00	15,00	58,00	685	2011
Итого за прием пищи:		300	9,10	9,50	46,50	278,10		