

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

Утверждаю

Директор



7.04.2022

Согласовано

Директор

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
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 (ГАРНИР) №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	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>560</b>	<b>16,56</b>	<b>17,80</b>	<b>72,16</b>	<b>526,50</b>		
<b>Полдник</b>							
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>300</b>	<b>9,10</b>	<b>9,50</b>	<b>46,50</b>	<b>278,10</b>		