

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



15.01.2022

Согласовано  
Директор

|                                                                                                    |     |              |                  |           |               |                               |             |                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|--------------|------------------|-----------|---------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| Прием пищи, наименование блюда                                                                     |     | Масса порции | Пищевые вещества |           |               | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|                                                                                                    |     |              | Белки, г         | Жиры, г   | Углеводы, г   |                               |             |                  |
| 4 день                                                                                             |     |              |                  |           |               |                               |             |                  |
| Завтрак                                                                                            |     |              |                  |           |               |                               |             |                  |
| БЛЮДО ИЗ РЫБЫ (РЫБА, ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ №229 или КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК №106) | 90  | 9,1/11,60    | 11,6/11,80       | 10,9/13,0 | 142,3/159,00  | 229/106                       | 2017        |                  |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ №310                                                                   | 160 | 3,04         | 4,50             | 24,55     | 151,40        | 310                           | 2017        |                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686                                                                       | 200 | 0,30         | 0,00             | 15,20     | 60,00         | 686                           | 2011        |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6                                                                                  | 50  | 3,95         | 0,50             | 21,15     | 116,33        | 6                             |             |                  |
| Итого за прием пищи:                                                                               | 500 | 16,39/18,89  | 16,6/16,8        | 71,8/73,9 | 470,03/486,73 |                               |             |                  |
| Полдник                                                                                            |     |              |                  |           |               |                               |             |                  |
| БУЛОЧКА СДОБНАЯ №146                                                                               | 100 | 8,90         | 9,50             | 31,50     | 220,10        | 146                           |             |                  |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №51                                                                                | 200 | 0,30         | 0,00             | 16,00     | 66,40         | 51                            |             |                  |
| Итого за прием пищи:                                                                               | 300 | 9,20         | 9,50             | 47,50     | 286,50        |                               |             |                  |