

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет МОУ

Согласовано

Директор

*Handwritten signature*

20.11.25

4 день



Прием пищи, наименование блюда

Масса порции

Пищевые вещества

Белки, г

Жиры, г

Углеводы, г

Энергетическая ценность, ккал

№ рецептуры

Сборник рецептур

Завтрак

БЛЮДО ИЗ РЫБЫ (РЫБА, ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ №229 или КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК №106)

100

10,2/12,9

12,9/13,10

13,3/14,40

175,00/176,6

229/106

2017

КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ №310

200

3,80

5,74

30,68

192,80

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:

550

18,25/20,95

19,14/19,34

80,33/81,43

544,13/545,73

Полдник

БУЛОЧКА СДОБНАЯ № 146

100

8,90

9,50

31,50

220,10

146

КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №51

250

0,38

0,00

20,00

83,00

51

Итого за прием пищи:

350

9,28

9,50

51,50

303,10