

# 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ

10.02.2022.

Согласовано:

Директор:

*Лев*

2 день

| 2 день                                                |              |                  |         |             |                               |             |                  |
|-------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| Прием пищи, наименование блюда                        | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|                                                       |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |                  |
| Завтрак                                               |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| СВЕКЛА ОТВАРНАЯ №2                                    | 60/2         | 0,9              | 0,1     | 5,1         | 24,4                          | 2           |                  |
| ТЕФТЕЛИ С РИСОМ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №307/363 | 90/30        | 10,90            | 10,60   | 13,50       | 205,60                        | 307/363     |                  |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303                   | 150          | 3,99             | 4,50    | 17,72       | 125,90                        | 303         |                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685                                   | 200          | 0,20             | 0,00    | 15,00       | 58,00                         | 685         | 2011             |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                               | 50           | 3,13             | 0,50    | 20,63       | 99,00                         | 7           |                  |
| Итого за прием пищи:                                  | 582          | 19,12            | 15,70   | 71,95       | 512,90                        |             |                  |