

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ



Согласовано

Директор

[Signature]

11.11.2025

7 день

7 день 11.11.2022	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
	И ПО СЕЗОНУ (КАПУСТА КВАШЕНАЯ №3 или ИКРА	100	1,80	8,60	7,50	115,40	3/88	
	ЖАРЕНАЯ №88							
	ЭТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) С	100/30	10,90	9,80	22,40	210,60	455/363	
	ОМ ТОМАТНЫМ № 455/363							
	А ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303	160	4,90	4,90	27,30	145,84	303	
	ЮТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53	200	0,30	0,00	16,00	66,40	53	
	ПШЕНИЧНЫЙ №6	30	2,37	0,30	14,49	70,90	6	
	за прием пищи:	620	20,27	23,60	87,69	609,14		