

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



Согласовано

Директор

16.10.2025

4 день

Присл. пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
13 РЫБЫ (РЫБА, ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ 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
	160	3,04	4,50	24,55	151,40	310	2017
	200	0,30	0,00	15,20	60,00	686	2011
	50	3,95	0,50	21,15	116,33	6	
присл. пищи:	500	16,39/18,89	16,6/16,8	71,8/73,9	470,03/486,73		

из рыбы (рыба, тушеная в томате с овощами)
котлеты рыбные в томатном соусе (ТТК №106)

эль отварной с маслом №310

харом и лимоном №686

еничный №6