

Утверждено:



Согласовано:


Директор
10.09.2026

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

9 Вариант

10.09.2026

9 Вариант		10.09.2022			Энергети- ческая ценность, ккал		№ рецептуры	Сборник рецептур
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Углеводы, г				
		Белки, г	Жиры, г					
Завтрак								
	250	7,30	7,13	34,88	228,13	ТТК №37		
КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ ТТК №37	35/10/5	5,00	7,30	17,60	156,70	ТТК №9		
БУТЕРБРОД С СЫРОМ ТТК №9	120	0,50	0,50	11,80	56,40	ТТК №18		
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ЯБЛОКО ТТК №18	200	3,00	3,10	12,10	89,00	ТТК №10		
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ ТТК №10	30	2,3	0,2	15,1	71,1	ТТК №5		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	650	18,10	18,23	91,48	601,33			
Итого за прием пищи:								