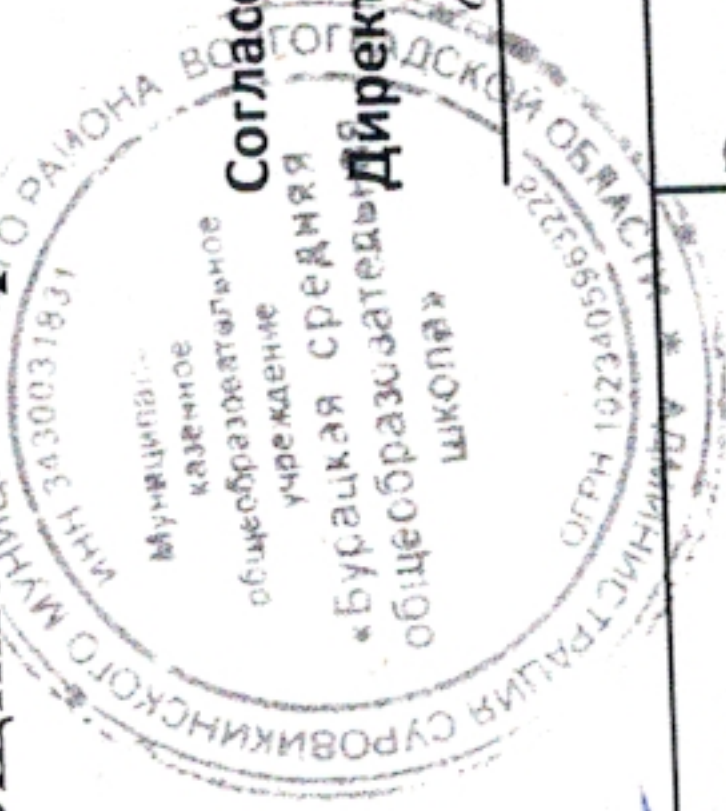


10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ



Согласовано:

Директор: *М.В. Мамонтова*

7 день *20.01.2021*

7 день 20.01.2022	Сборник рецептов	№ рецептур	Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества			Углеводы, г
				Жиры, г		Белки, г	
				Масса порции			
Завтрак							
ЩИ ПО СЕЗОНУ (КАПУСТА КВАШЕНАЯ №3 или ИКРА АЧКОВАЯ №88	60	0,90	4,30	3,75	57,70	3/88	
ЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (дина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 455/363	90/30	9,00	8,70	20,20	205,60	455/363	
ЛА ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303	150	3,99	4,50	17,72	125,90	303	
ПЛОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53	200	0,30	0,00	16,00	66,40	53	
Б ПШЕНИЧНЫЙ №6	30	2,37	0,30	14,49	70,90	6	
го за прием пищи:	560	16,56	17,80	72,16	526,50		