

Утверждено:

Согласовано:

Директор МОУ
г. Волгоград 25.08.2016

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

10 Вариант 23.09.10.26

10 Вариант 23.09.10.202							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
	180	4,8	5,4	21,3	151,1	ТТК №30	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ ТТК №30							
	100/30	12,2	17,3	17,7	275,0	ТТК №2	
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ ТТК №2							
	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №19	
ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №19							
	30	2,3	0,2	15,1	71,1	ТТК №5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №5							
	540	19,51	22,90	69,03	555,18		
Итого за прием пищи:							