

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



Согласовано

Директор

[Signature]

7 день 21.10.2025

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