



Утверждено:

Согласовано:

Директор: М.А. Мещеряков
Директор: М.А. Мещеряков

Директор: М.А. Мещеряков

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

7 Вариант 20.10.26

7 Вариант 20.10.202

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
	100	1,60	6,00	10,10	97,00	ТТК №7	
СВЕКЛА С МАСЛОМ ТТК №7	220	14,59	16,14	29,29	317,03	ТТК №31	
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №31	200	0,18	0,00	15,00	58,00	ТТК №44	
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №44	50	3,80	0,30	25,10	118,40	ТТК №5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №5	570	20,17	22,44	79,49	590,43		
Итого за прием пищи:							