

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



2 день 24.01.2022

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ТА ОТВАРНАЯ №2	60/2	0,9	0,1	5,1	24,4	2	
ЕЛИ С РИСОМ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ 363	90/30	10,90	10,90	13,50	205,60	307/363	
ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303	150	3,99	4,50	17,72	125,90	303	
САХАРОМ № 685	200	0,20	0,00	15,00	58,00	685	2011
РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	50	3,13	0,50	20,63	99,00	7	
за прием пищи:	582	19,12	16,00	71,95	512,90		