

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



Согласовано

Директор

1 день 29.09.2017

| Прием пищи, наименование блюда       | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|--------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                                      |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Завтрак                              |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| АША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ ТТК №302 | 250          | 8,90             | 11,50   | 43,00       | 262,75                        | ТТК №302     |                  |
| ЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6                     | 50           | 3,95             | 0,50    | 21,15       | 116,33                        | 6            |                  |
| УТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ №3         | 35/5/10      | 5,80             | 8,00    | 11,60       | 147,00                        | 3            | 2017             |
| ОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379      | 200          | 3,16             | 2,66    | 15,94       | 100,60                        | 379          |                  |
| того за прием пищи:                  | 550          | 21,81            | 22,66   | 91,69       | 626,68                        |              |                  |