

Меню дополнительного питания (витаминизации) обучающихся МКОУ "Основная школа № 4 имени Ю.А.Гагарина" городского округа город Фролово

Утверждаю

Директор

Дня /Онопrienko Ю.М./

Согласовано

Директор

/Лебедева Г.В./

1 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Кондитерские изделия	100					Сборник рецептур или ТТК
Сок яблочный	200					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	300	7,06	27,99	91,92	648,45	

2 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Кондитерские изделия	100					Сборник рецептур или ТТК
Сок яблочный	200					Сборник рецептур или ТТК
Фрукты свежие	200					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	500	10,8	27,10	133,20	668,30	

3 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Кондитерские изделия	100					Сборник рецептур или ТТК
Сок яблочный	200					Сборник рецептур или ТТК
Фрукты свежие	150					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	520	8,10	25,90	91,90	667,20	

4 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		

Кондитерские изделия	200				Сборник рецептов или ТТК
Фрукты свежие (яблоко)	150				Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	350	16,60	38,60	142,30	988,40

5 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Кондитерские изделия	50					Сборник рецептов или ТТК
Сок яблочный	200					Сборник рецептов или ТТК
Фрукты свежие	150					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	500	9,20	29,10	80,20	623,30	

6 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Кондитерские изделия	200					Сборник рецептов или ТТК
Сок яблочный	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	400	17,00	38,20	147,60	1 003,50	

7 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Кондитерские изделия	100					Сборник рецептов или ТТК
Сок яблочный	200					Сборник рецептов или ТТК
Фрукты свежие	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	500	10,8	27,10	133,20	668,30	

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого				
	б	ж	ул	ккал
Итого за период	79,6	214,0	820,3	5 267,5
Среднее значение за период	11,4	30,6	117,2	752,5