



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

2010.10.15

3 день

Присем пищи, наименование Бюла

ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (Помидор соленый или помидор свежий) №27	порции	Обед			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ ТК №54-1С	60	0,6	0,0	1,4	8,0	27	
ЩОВ ИЗ ПТИЦЫ №492	200	4,64	5,6	25,67	149,8	ТК №54-1С	2022
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53	200	15,10	19,00	30,20	345,80	492	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	200	0,30	0,00	16,00	66,40	53	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	30	2,37	0,30	14,49	70,90	6	
	30	1,88	0,30	12,40	59,40	7	
Итого за присем пищи:	720	24,89	25,20	100,20	700,30		