



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



1 день

		1 день							
Присем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					
Завтрак									
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ №311К	90	8,60	10,40	6,80	158,30	311К			
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203	150	3,70	5,70	28,20	195,70	203	2017		
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ или ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ №1	60	0,41	0,1	0,84	5,0	1			
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ №53	200	0,30	0,00	16,00	66,40	53			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	30	2,37	0,30	14,49	70,90	6			
Итого за присем пищи:	530	15,38	16,45	66,33	496,30				