

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

Утверждаю:

Директор:

Согласовано:

Директор:

Прием пищи, наименование блюда

Масса
порции

Пищевые вещества

Белки, г

Жиры, г

Углеводы, г

Энергетическая
ценность, ккал

№ рецеп-
туры

Сборник
рецептур

Завтрак

ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ или ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ
№ 1

60

0,41

0,1

0,84

5,0

1

ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ № 259

200

11,92

18,10

45,30

305,00

259

ЧАЙ С САХАРОМ № 685

200

0,20

0,00

15,00

58,00

685

2011

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6

50

3,95

0,50

21,15

116,33

6

Итого за прием пищи:

510

16,48

18,7

82,29

484,3