

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



4 день

Согласовано:
Директор: [Signature]

Присем пищи, наименование блюда		Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак									
БЛЮДО ИЗ РЫБЫ (РЫБА, ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ № 229 или КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК№106)			90	9,1/11,60	11,6/11,80	10,9/13,0	142,3/159,00	229/106	2017
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ №310			160	3,04	4,50	24,55	151,40	310	2017
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686			200	0,30	0,00	15,20	60,00	686	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6			50	3,95	0,50	21,15	116,33	6	
Итого за присем пищи:			500	16,39/18,89	16,6/16,8	71,8/73,9	470,03/486,73		