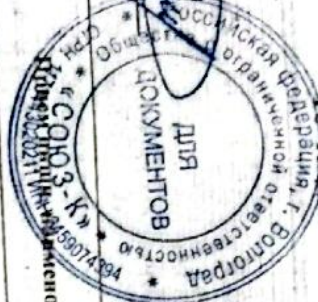


10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (ОБЕД) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ

Утверждено
Директор



5 день

Согласовано
Директор



Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (отруби соевый или отруби свежий) № 1	60	0,41	0,1	0,84	5,0	1	
						ТК №54-3С	2022
РАССОЛЫНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ ТК №54-3С	200	4,72	5,76	13,60	125,60	468	
							2011
ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ ТТК №468	180	15,93	20,60	51,90	453,87	685	
ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ ТТК №468	200	0,20	0,00	15,00	58,00	6	
ЧАЙ С САХАРОМ № 685	30	2,37	0,30	14,49	70,90	7	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	30	1,88	0,30	12,40	59,40		
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	30	1,88	0,30	12,40	59,40		
Итого за прием пищи:	700	25,51	27,06	108,23	772,77		