

ООО Виво Маркет



Утверждаю

Директор

МОУ *СИ № 125*

Тобединская И.И.

12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгограда

09.09.2021

10 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины С, мг | № рецептуры | Сборник рецептов |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|----------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | | |
| Обед | | | | | | | | |
| Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная) | 60 | 1,3 | 0,4 | 7,7 | 37,0 | 2,5 | | |
| Щи из свежей капусты с картофелем №88 | 200 | 1,5 | 4,0 | 7,4 | 72,2 | 10,0 | 88 | 2011 |
| Рагу из птицы №289 | 150 | 12,7 | 14,6 | 13,9 | 237,8 | 7,6 | 289 | 2011 |
| Компот из свежих плодов (яблок) №342 | 200 | 0,2 | 0,2 | 27,5 | 112,7 | 1,6 | 342 | 2011 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,0 | 0,2 | 19,5 | 91,9 | 0,0 | | |
| Хлеб пеклеваный | 30 | 1,9 | 0,3 | 12,3 | 59,4 | 0,0 | | |
| Итого за прием пищи: | | 20,6 | 19,7 | 88,3 | 611,0 | 21,7 | | |
| Полдник | | | | | | | | |
| Пирожок печеный с вишней №406 | 100 | 5,9 | 4,5 | 46,2 | 252,9 | 2,2 | 406 | 2011 |
| Чай с сахаром каркаде №685 | 200 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 60,5 | 1,1 | 685 | 2004 |
| Итого за прием пищи: | | 6,1 | 4,5 | 61,2 | 313,4 | 3,3 | | |
| Всего: | | 26,7 | 24,2 | 149,5 | 924,4 | 25,0 | | |

Зав. производством

