

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

"Утверждаю "

Директор ООО "ОПТТОРГ"

Ястребов В.Н.

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	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	1,0	0,1	5,3	25,7	ТТК № 1,2,3,4,5	
Суп картофельный №133	200	1,9	2,0	15,6	88,8	133	2004
Рагу из птицы №289	150	12,7	14,6	13,9	237,8	289	2011
Кисель из повидла №647	200	0,1	0,0	28,2	110,3	647	2004
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6	
Хлеб пеклеванный	50	3,2	0,4	20,6	98,9	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	710	22,6	17,4	107,9	676,3		
Всего за день:		22,6	17,4	107,9	676,3		