

Меню на 11.01.2023г.

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

Утверждаю:

Согласовано  
Директор

*А.А. Мухоморова*

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ № 455	90	11,70	13,70	12,00	216,90	455	2004
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203	150	5,10	9,15	34,20	244,50	203	2011
ИКРА КАБАЧКОВАЯ №6	50	0,90	4,30	3,70	57,70	ТТК №6	
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685	200	0,20	0,00	15,00	58,00	685	2011
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	30	1,98	0,36	10,26	54,30	ТТК №68	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>520</b>	<b>19,88</b>	<b>27,51</b>	<b>75,16</b>	<b>631,40</b>		
<b>Всего за день:</b>	<b>520</b>	<b>19,88</b>	<b>27,51</b>	<b>75,16</b>	<b>631,40</b>		

**10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы  
12-18 лет МОУ**



Утверждаю:



Согласовано:

Директор

*А.А. Каримова*  
232

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ № 455	100	12,90	14,90	13,10	238,20	455	2004
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203	180	6,12	10,98	41,04	293,40	203	2011
ИКРА КАБАЧКОВАЯ № 6	60	1,08	5,16	4,50	69,24	ТТК№6	
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685	200	0,20	0,00	15,00	58,00	685	2011
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,30	0,60	17,10	90,50	ТТК №6	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>590</b>	<b>23,60</b>	<b>31,64</b>	<b>90,74</b>	<b>749,34</b>		
<b>Всего за день:</b>	<b>590</b>	<b>23,60</b>	<b>31,64</b>	<b>90,74</b>	<b>749,34</b>		