

Меню на 12.01.2023г.

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

Утверждаю:



*А.А. Каримова*

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ № 492	200	20,30	24,00	32,40	345,80	492	2004
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(КАПУСТА КВАШЕНАЯ)	50	1,70	0,10	2,90	22,40	80	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ №639	200	0,40	0,00	20,40	84,30	639	2004
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,90	0,50	24,10	116,80	ТТК №6	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>26,30</b>	<b>24,60</b>	<b>79,80</b>	<b>569,30</b>		
<b>Всего за день:</b>	<b>500</b>	<b>26,30</b>	<b>24,60</b>	<b>79,80</b>	<b>569,30</b>		

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

Утверждаю:



Согласовано:



Директор

*А.А. Каримова*

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ № 492	250	25,40	30,30	41,50	501,90	492	2004
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (КАПУСТА КВАШЕНАЯ)	60	2,04	0,12	3,48	26,88	80	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ №639	200	0,40	0,00	20,40	84,30	639	2004
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,90	0,50	24,10	116,80	ТТК №6	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>560</b>	<b>31,74</b>	<b>30,92</b>	<b>89,48</b>	<b>729,88</b>		
<b>Всего за день:</b>	<b>560</b>	<b>31,74</b>	<b>30,92</b>	<b>89,48</b>	<b>729,88</b>		