

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

Утверждаю:



1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ №311К	90	8,60	9,60	2,70	151,30	311К	2016
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303	160	4,90	5,34	21,80	155,00	303	2017
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(КАПУСТА КВАШЕНАЯ)	50	1,70	0,10	2,90	22,40	80	
ЧАЙ С САХАРОМ №685	200	0,20	0,00	15,00	58,00	685	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,76	0,35	16,90	81,80	ТТК №6	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>535</b>	<b>18,16</b>	<b>15,39</b>	<b>59,30</b>	<b>468,50</b>		
<b>Всего за день:</b>	<b>535</b>	<b>18,16</b>	<b>15,39</b>	<b>59,30</b>	<b>468,50</b>		