

меню на 10.04.2023г.

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

Утверждаю:



Согласовано:
Директор



А.А. Корнеева

1 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|-------------------------------------|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 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 | |
| Итого за прием пищи: | 535 | 18,16 | 15,39 | 59,30 | 468,50 | | |
| Всего за день: | 535 | 18,16 | 15,39 | 59,30 | 468,50 | | |

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



Утверждаю:



Согласовано:

Директор

Ирина А. А. Паршова

1 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|-------------------------------------|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ №311К | 100 | 9,60 | 10,70 | 3,00 | 168,10 | 311К | 2016 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303 | 180 | 5,50 | 5,49 | 24,60 | 175,00 | 303 | 2017 |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(КАПУСТА КВАШЕНАЯ) | 60 | 2,04 | 0,12 | 3,48 | 26,88 | 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 | |
| Итого за прием пищи: | 575 | 20,10 | 16,66 | 62,98 | 509,78 | | |
| Всего за день: | 575 | 20,10 | 16,66 | 62,98 | 509,78 | | |