

Меню на 03.10.23

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

Утверждаю
Директор



Согласовано
Директор



7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 455/363К	100/30	11,10	12,20	23,90	251,40	455/363К	2016
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303	160	4,90	4,58	27,30	145,84	303	2017
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685	200	0,20	0,00	9,20	42,00	685	2011
ИКРА КАБАЧКОВАЯ ТТК№88	60	1,08	5,16	4,50	69,24	ТТК №88	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,49	70,90	ТТК№6	
Итого за прием пищи:	580	19,65	22,24	79,39	579,38		