

Меню на 20.11.2023г.

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

Утверждаю:



Согласовано:

Директор:

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 | 10,40 | 6,80 | 158,30 | 311К | 2016 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303 | 160 | 4,90 | 5,34 | 21,80 | 155,00 | 303 | 2017 |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(огурец св., помидор св.,капуста квашеная,огурец сол.,помидор сол.) | 60 | 0,60 | 0,10 | 1,75 | 13,20 | 70,71,80 | 2017 |
| ЧАЙ С САХАРОМ №685 | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 58,00 | 685 | 2011 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6 | 50 | 3,90 | 0,50 | 24,10 | 116,80 | ТТК №6 | |
| Итого за прием пищи: | 560 | 18,20 | 16,34 | 69,45 | 501,30 | | |
| Всего за день: | 560 | 18,20 | 16,34 | 69,45 | 501,30 | | |

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

Утверждаю:



Согласовано:

Директор

1 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|--|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|--------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ №311К | 100 | 9,60 | 11,60 | 7,50 | 175,90 | 311К | 2016 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303 | 180 | 5,50 | 5,49 | 24,60 | 175,00 | 303 | 2017 |
| ОВОЦИ ПО СЕЗОНУ(огурец св., помидор св., капуста квашеная,огурец сол., помидор сол.) | 100 | 1,00 | 0,16 | 2,90 | 22,00 | 70,71,80 | 2017 |
| ЧАЙ С САХАРОМ №685 | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 58,00 | 685 | 2011 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6 | 50 | 3,90 | 0,50 | 24,10 | 116,80 | ТТК №6 | |
| Итого за прием пищи: | 630 | 20,20 | 17,75 | 74,10 | 547,70 | | |
| Всего за день: | 630 | 20,20 | 17,75 | 74,10 | 547,70 | | |