

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

Согласовано:

Директор МКОУ СШ №1г. Дубовки

*Л.А. Куракина*  
Л.А. Куракина

Ежедневное меню для обучающихся 5-11 классов на 21.11.2023

7 день

| Прием пищи, наименование блюда      | Масса порции | Пищевые вещества |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры   | Сборник рецептов |
|-------------------------------------|--------------|------------------|--------------|-------------------------------|---------------|------------------|
|                                     |              | Белки, г         | Жиры, г      |                               |               |                  |
| <b>Завтрак</b>                      |              |                  |              |                               |               |                  |
| КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЬЕ ИЗ ПТИЦЫ №294      | 100          | 16,20            | 17,20        | 15,10                         | 280,80        | 294 2011         |
| 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 И ЛИМОНОМ №686        | 200          | 0,30             | 0,00         | 15,20                         | 60,00         | 686 2011         |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                    | 50           | 3,30             | 0,60         | 17,10                         | 90,50         | ТТК №6           |
| <b>Итого за прием пищи:</b>         | <b>590</b>   | <b>27,34</b>     | <b>23,41</b> | <b>75,48</b>                  | <b>633,18</b> |                  |
| <b>Всего за день:</b>               | <b>590</b>   | <b>27,34</b>     | <b>23,41</b> | <b>75,48</b>                  | <b>633,18</b> |                  |