

Меню на 21.12.23

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

Утверждаю

Директор



Согласовано

Директор



4 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---------------------------------------|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| РЫБА, ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ №229 | 100 | 10,20 | 12,90 | 13,30 | 175,00 | 229 | 2017 |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ №310 | 200 | 3,80 | 5,74 | 30,68 | 189,80 | 310 | 2017 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686 | 200 | 0,30 | 0,00 | 15,20 | 60,00 | 686 | 2011 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,95 | 0,50 | 21,15 | 116,33 | ТТК№6 | |
| Итого за прием пищи: | 550 | 18,25 | 19,14 | 80,33 | 541,13 | | |