

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

Согласовано:

 Директор МКОУ СШ№1
 Л.А. Куракина

Ежедневное меню для обучающихся 5-11 классов на 22.12.2023
 10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г			
Завтрак						
РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ № 229	100	9,75	4,95	3,80	105,00	229
РИС ОТВАРНОЙ № 304	180	4,56	6,50	46,70	263,16	304
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕНЬИЙ)	60	0,90	0,10	5,30	25,70	ТТК№4
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686	200	0,30	0,00	15,20	60,00	686
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ *	50	3,50	0,60	17,10	90,50	ТТК №6
Итого за прием пищи:	590	18,81	12,15	88,10	544,36	
Всего за день:	590	18,81	12,15	88,10	544,36	