

## Меню

### 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  |                               |             |                  |
| <b>Завтрак</b>  |              |                  |              |              |                               |             |                  |
| 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       |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>   | <b>580</b>   | <b>19,65</b>     | <b>22,24</b> | <b>79,39</b> | <b>579,38</b>                 |             |                  |