

Меню на 21.05.2024г.

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



Согласовано:

Директор:

\_\_\_\_\_

7 день

| Прием пищи, наименование блюда   | Масса порции | Пищевые вещества |              |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|--|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|  |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |             |                  |
| <b>Завтрак</b>   |              |                  |              |              |                               |             |                  |
| КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ №294  | 90           | 12,10            | 14,60        | 14,60        | 252,60                        | 294         | 2011             |
| 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 И ЛИМОНОМ №686   | 200          | 0,30             | 0,00         | 15,20        | 60,00                         | 686         | 2011             |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №68   | 30           | 1,98             | 0,36         | 10,26        | 54,30                         | ТТК №68     |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>540</b>   | <b>19,88</b>     | <b>20,40</b> | <b>63,61</b> | <b>535,10</b>                 |             |                  |
| <b>Всего за день:</b>  | <b>540</b>   | <b>19,88</b>     | <b>20,40</b> | <b>63,61</b> | <b>535,10</b>                 |             |                  |

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



Утверждаю:

Согласовано:

Директор

7 день

| Прием пищи, наименование блюда   | Масса порции | Пищевые вещества |              |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|--|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|  |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |              |                  |
| <b>Завтрак</b>   |              |                  |              |              |                               |              |                  |
| КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ №294  | 100          | 13,40            | 16,20        | 16,20        | 208,70                        | 294          | 2011             |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303  | 180          | 5,50             | 5,49         | 24,60        | 175,00                        | 303          | 2017             |
| ОВОЩИ 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 И ЛИМОНОМ №686   | 200          | 0,30             | 0,00         | 15,20        | 60,00                         | 686          | 2011             |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №68   | 50           | 3,30             | 0,60         | 17,10        | 90,50                         | ТТК №68      |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>630</b>   | <b>23,50</b>     | <b>22,45</b> | <b>76,00</b> | <b>556,20</b>                 |              |                  |
| <b>Всего за день:</b>  | <b>630</b>   | <b>23,50</b>     | <b>22,45</b> | <b>76,00</b> | <b>556,20</b>                 |              |                  |