

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

Утверждаю:



Согласовано:

Директор: *И.И.И.*

*Министерства образования РБ*

**18 сентября 2024г.**

*Д.Ф.Кривоша*

**3 день**

| Прием пищи, наименование блюда                                                     | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                                                                                    |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Завтрак                                                                            |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ № 455                                    | 90           | 10,90            | 10,30   | 12,00       | 182,50                        | 455          | 2004             |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203                                                   | 150          | 5,10             | 9,15    | 34,20       | 244,50                        | 203          | 2011             |
| 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 №685                                                                 | 180          | 0,18             | 0,00    | 13,50       | 52,50                         | 685          | 2011             |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №68                                                           | 50           | 3,30             | 0,60    | 17,10       | 90,50                         | ТТК №68      |                  |
| Итого за прием пищи:                                                               | 530          | 20,08            | 20,15   | 78,55       | 583,20                        |              |                  |
| Всего за день:                                                                     | 530          | 20,08            | 20,15   | 78,55       | 583,20                        |              |                  |