



Утверждаю

*Директор МБОУ «С.Ш. №10»*  
*С.Н. Шереметьев*

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ г.Волгограда

10 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |              |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|--------------------------------|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |             |                  |
| Завтрак                        |              |                  |              |              |                               |             |                  |
| ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ                 | 100          | 0,78             | 0,10         | 1,66         | 12,65                         | ТТК №4      |                  |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67          | 150          | 12,00            | 19,00        | 27,40        | 312,00                        | ТТК №67     |                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302         | 200          | 0,20             | 0,00         | 15,00        | 58,00                         | ТТК №302    |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6          | 50           | 3,95             | 0,50         | 21,15        | 118,33                        | ТТК №6      |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>    | <b>500</b>   | <b>17,20</b>     | <b>19,60</b> | <b>72,05</b> | <b>529,03</b>                 |             |                  |

Зав. производством