

и дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МКОУ

Утверждаю:



08.11.24 г.

Согласовано:

Директор

*МКОУ Горнобобровская. СШ*  
*Павлов*

10 день

| 10 день                                                                              |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
| Прием пищи, наименование блюда                                                       | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|                                                                                      |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Завтрак                                                                              |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ "ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ" № 390                                                  | 100          | 12,90            | 9,20    | 6,50        | 132,20                        | 390          | 2004             |
| РИС ОТВАРНОЙ № 304                                                                   | 180          | 4,56             | 8,16    | 46,70       | 263,16                        | 304          | 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                                                         | 180          | 0,27             | 0,00    | 13,68       | 54,00                         | 686          | 2011             |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №68                                                             | 50           | 3,30             | 0,60    | 17,10       | 90,50                         | ТТК №68      |                  |
| Итого за прием пищи:                                                                 | 610          | 22,03            | 18,12   | 86,88       | 561,86                        |              |                  |
| Всего за день:                                                                       | 610          | 22,03            | 18,12   | 86,88       | 561,86                        |              |                  |