

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



Утверждаю

Директор

*Handwritten signature of the Director*



Согласовано

Директор

*Handwritten signature of the Director*

1 день

| Прием пищи, наименование блюда        | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|---------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                                       |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Завтрак                               |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ №174   | 250          | 6,82             | 11,50   | 47,30       | 333,40                        | 174          |                  |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (ПЕКЛЕВАННЫЙ) №7 | 50           | 3,13             | 0,50    | 20,63       | 99,00                         | 7            |                  |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ №3         | 35/5/10      | 5,80             | 6,00    | 11,60       | 147,00                        | 3            | 2017             |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379      | 200          | 3,16             | 2,66    | 15,94       | 100,60                        | 379          | 2017             |
| Итого за прием пищи:                  | 550          | 18,91            | 20,66   | 95,47       | 680,00                        |              |                  |