

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

Утверждаю:

10 февраля 2025 г.

Согласовано:

Директор:

1 день

| 1 день                                    |              |                  |         |             |                               |             |                  |
|-------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| Прием пищи, наименование блюда            | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|                                           |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |                  |
| Завтрак                                   |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА №175 | 200          | 11,40            | 10,20   | 34,70       | 220,60                        |             |                  |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1 (БАТОН) 40/10       | 50           | 2,36             | 7,49    | 14,89       | 146,00                        | I           | 2017             |
| ЧАЙ С САХАРОМ №685                        | 180          | 0,18             | 0,00    | 13,50       | 52,20                         | 685         | 2011             |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338               | 100          | 0,40             | 0,40    | 9,73        | 45,60                         | ТК№338      |                  |
| Итого за прием пищи:                      | 530          | 14,34            | 18,09   | 72,82       | 464,40                        |             |                  |
| Всего за день:                            | 530          | 14,34            | 18,09   | 72,82       | 464,40                        |             |                  |