

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



Утверждаю
Директор



Согласовано
Директор

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ №2 ТЕФТЕЛИ С РИСОМ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 307/363 КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303 ЧАЙ С САХАРОМ № 685 ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7 Итого за прием пищи:	60/2	0,9	0,1	5,1	24,4	2	
	90/30	10,90	10,90	13,50	205,60	307/363	
	150	3,99	4,50	17,72	125,90	303	
	200	0,20	0,00	15,00	58,00	685	2011
	50	3,13	0,50	20,63	99,00	7	
	582	19,12	16,00	71,95	512,90		