

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

Утверждаю:

Директор:

Согласовано:

Директор:

5 день

Прием пищи, наименование блюда

Масса порции

Пищевые вещества

Белки, г

Жиры, г

Углеводы, г

Энергетическая ценность, ккал

№ рецеп-туры

Сборник рецептов

Завтрак

КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №175

160

10,86

11,92

27,76

206,00

175

БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ №2

30/20

5,00

4,40

25,20

156,00

2

САЛАТ С САХАРОМ № 685

200

0,20

0,00

15,00

58,00

685

ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338

120

0,60

0,60

14,30

68,40

338

Итого за прием пищи:

530

16,66

16,92

82,26

488,40

2017

2011

2017