

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



Утверждено:

Согласовано:  
Директор: *И.В. Крюкова*  
*Т.В. Крюкова*

14 октября 2015 г.

2 день

| 2 день                                                                                  |              |                  |         |             |                               |            |                  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|------------|------------------|
| Прием пищи, наименование блюда                                                          | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептур | Сборник рецептов |
|                                                                                         |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |            |                  |
| Завтрак                                                                                 |              |                  |         |             |                               |            |                  |
| ТЕФТЕЛИ С РИСОМ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №307/363                                              | 90/30        | 11,30            | 10,60   | 14,10       | 190,20                        | 307/363    | 2016             |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303                                                     | 150          | 4,59             | 5,00    | 20,43       | 145,31                        |            |                  |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (огурец св., помидор св., капуста квашеная., огурец сол., помидор сол.) | 60           | 0,60             | 0,10    | 1,75        | 13,20                         | 70,71,80   | 2017             |
| ЧАЙ С САХАРОМ №685                                                                      | 180          | 0,18             | 0,00    | 13,50       | 52,20                         | 685        | 2011             |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6                                                                   | 50           | 3,90             | 0,50    | 24,10       | 116,80                        | ТТК №6     |                  |
| Итого за прием пищи:                                                                    | 560          | 20,57            | 16,20   | 73,88       | 517,71                        |            |                  |
| Всего за день:                                                                          | 560          | 20,57            | 16,20   | 73,88       | 517,71                        |            |                  |