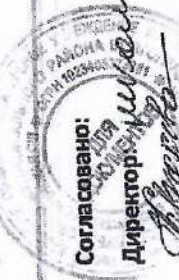


10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МКОУ "Сельскохозяйственной СШ"



Утверждаю:

24 октября 2025г

Согласовано:

Директор

Т.Ф. Грюкова

10 день

| 10 день                                                                             |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
| Прием пищи, наименование блюда                                                      | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|                                                                                     |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Завтрак                                                                             |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ "ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ" №390                                                  | 90           | 11,60            | 8,30    | 5,90        | 119,00                        | 390          | 2004             |
| РИС ОТВАРНОЙ №304                                                                   | 150          | 3,80             | 6,80    | 38,90       | 219,30                        |              |                  |
| 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 И ЛИМОНОМ №686                                                        | 180          | 0,27             | 0,00    | 13,68       | 54,00                         |              |                  |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ ТТК №68                                                             | 50           | 3,30             | 0,60    | 17,10       | 90,50                         | ТТК№68       |                  |
| Итого за прием пищи:                                                                | 530          | 19,57            | 15,80   | 77,33       | 496,00                        |              |                  |
| Всего за день:                                                                      | 530          | 19,57            | 15,80   | 77,33       | 496,00                        |              |                  |