

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ

Утверждаю
 Директор Киселев ДГ

14.05.2016г.

Согласовано
 Директор




4 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептур | Сборник рецептур |
|---|--------------|--------------------|------------------|------------------|-------------------------------|------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| БЛЮДО ИЗ РЫБЫ (РЫБА, ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ №229 или КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК№106) | 90 | 9,1/11,60 | 11,6/11,80 | 10,9/13,0 | 142,3/159,00 | 229/106 | 2017 |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ №310 | 160 | 3,04 | 4,50 | 24,55 | 151,40 | 310 | 2017 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686 | 200 | 0,30 | 0,00 | 15,20 | 60,00 | 686 | 2011 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6 | 50 | 3,95 | 0,50 | 21,15 | 116,33 | 6 | |
| Итого за прием пищи: | 500 | 16,39/18,89 | 16,6/16,8 | 71,8/73,9 | 470,03/486,73 | | |
| Полдник | | | | | | | |
| БУЛОЧКА СДОБНАЯ №146 | 100 | 8,90 | 9,50 | 31,50 | 220,10 | 146 | |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №51 | 200 | 0,30 | 0,00 | 16,00 | 66,40 | 51 | |
| Итого за прием пищи: | 300 | 9,20 | 9,50 | 47,50 | 286,50 | | |