



Утверждено:

Директор Капенкина Т.П.

Handwritten signature

Согласовано:

Handwritten signature

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

5 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	5 Вариант				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Пищевые вещества						
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
БЛЮДО ИЗ РЫБЫ (РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК №12 /КОТЛЕТА РЫБНАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК №11)	90	12,4/10,2	12/11,05	13/9,8	200,1/179,5	ТТК №12/ТТК №11		
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ ТТК №36	160	3,2	5,8	26	169,7	ТТК №36		
ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №19	200	0,20	0,00	15,00	58,00	ТТК №19		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №5	50	3,80	0,30	25,10	118,40	ТТК №5		
Итого за прием пищи:	500	19,6/17,4	18,1/17,15	79,1/75,9	546,2/525,6			