

Согласовано

В.И. Ковалев

З.Н. Ковалев

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ

г.Волгограда



5 Вариант

Прием пищи, наименование блюда		Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СВЕКОЛА ОТВАРНАЯ	100	1,46	0,10	8,54	40,90	
ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ	150	10,17	11,92	24,42	245,64	
ОМЛЕТ	60	5,12	7,51	1,03	92,19	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,15	0,04	10,82	44,22	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,16	0,40	19,32	94,00	
Итого за прием пищи:	550	20,06	19,97	64,13	516,95	
Ответственное лицо	З					

* Согласно СанПин 2.3/2.4.4282-26 раздела VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.