

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

Утверждаю:



Согласовано:

Директор

08.04.2024



1 день

| Прием пищи, наименование блюда   | Масса порции | Пищевые вещества |              |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|--|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|  |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |             |                  |
| <b>Завтрак</b>   |              |                  |              |              |                               |             |                  |
| ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ №311К  | 90           | 8,60             | 10,40        | 6,80         | 158,30                        | 311К        | 2016             |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303  | 160          | 4,90             | 5,34         | 21,80        | 155,00                        | 303         | 2017             |
| 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   | 200          | 0,20             | 0,00         | 15,00        | 58,00                         | 685         | 2011             |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6  | 50           | 3,90             | 0,50         | 24,10        | 116,80                        | ТТК №6      |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>560</b>   | <b>18,20</b>     | <b>16,34</b> | <b>69,45</b> | <b>501,30</b>                 |             |                  |
| <b>Всего за день:</b>  | <b>560</b>   | <b>18,20</b>     | <b>16,34</b> | <b>69,45</b> | <b>501,30</b>                 |             |                  |