

ИП Батракова Ольга
 34440203043
 6961641400
 ИНН 34440203043
 ОГРН 34440203043
 Батракова Ольга
 ИП

Утверждаю

Директор

МОУ

18.03.2021г.

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

Зав производством

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	
		Белки, г	Жиры, г			Углеводы, г
Завтрак						
Коглета рыбная (минтай) №388	80	10,9	7,3	12,8	159,9	388
Рис отварной №304	150	3,8	5,4	38,9	219,3	304
Чай с молоком №421К	200/10/40	1,3	1,0	11,8	61,3	421
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	
Итого за прием пищи:		19,0	13,9	83,0	532,4	
Обед						
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	60	1,3	0,4	7,7	37,0	
Щи из свежей капусты с картофелем №88	200	1,5	4,0	7,4	72,2	88
Рагу из птицы	150	12,7	14,6	13,9	237,8	ТТК16
Компот из свежих плодов (яблок) №342	200	0,2	0,2	27,5	112,7	342
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	
Хлеб пеклеваный	50	3,1	0,5	20,5	99,0	
Итого за прием пищи:		22,5	20,0	101,3	673,5	
Всего:		41,5	33,9	184,3	1 205,9	

Зав производством

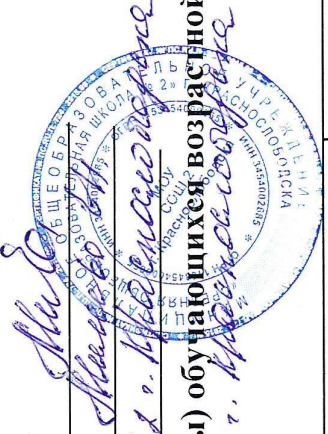
19



Утверждаю

Директор

МОУ



18.03.2021г.

12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки, обеды) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Котлета рыбная (минтай) №388	100	13,7	9,2	15,9	199,7	388
Рис отварной №304	180	4,5	6,5	46,7	263,1	304
Чай с молоком №421К	200/10/40	1,3	1,0	11,8	61,3	421
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	
Итого за прием пищи:		22,5	16,9	93,9	616,0	
Обед						
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	100	2,2	0,6	12,8	61,6	
Щи из свежей капусты с картофелем №88	250	1,9	5,1	9,3	90,5	88
Рагу из птицы	200	16,7	19,4	18,6	316,3	ТТК16
Компот из свежих плодов (яблок) №342	200	0,2	0,2	27,5	112,7	342
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	
Хлеб пеклеванный	50	3,1	0,5	20,5	99,0	
Итого за прием пищи:		27,8	26,1	113,0	794,9	
Всего:		50,3	43,0	206,9	1 410,9	

Зав производством _____