



ИП Батракова О.В.

Утверждаю

Директор

МОУ

лет МОУ

04.03.2021г.

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		
Завтрак					
Котлета рыбная (минтай) №388	100	13,7	9,2	199,7	388
Рис отварной №304	180	4,5	6,5	263,1	304
Чай с молоком №421К	200/10/40	1,3	1,0	61,3	421
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	91,9	
Итого за прием пищи:		22,5	16,9	616,0	
Обед					
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная. огурец соленый. помидор соленый. свекла отварная)	100	2,2	0,6	61,6	
Щи из свежей капусты с картофелем №88	250	1,9	5,1	90,5	88
Рагу из птицы	200	16,7	19,4	316,3	ТТК16
Компот из свежих плодов (яблок) №342	200	0,2	0,2	112,7	342
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	114,8	
Хлеб пеклеваный	50	3,1	0,5	99,0	
Итого за прием пищи:		27,8	26,1	794,9	
Всего:		50,3	43,0	1 410,9	

Зав производством _____