



Утверждаю
 Директор
 МОУ



07.04.2021г.

12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки, обеды) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ №338 и №339

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	
		Белки, г	Жиры, г			Углеводы, г
Завтрак						
Говядина с овощами №278К	200	21,0	35,0	27,2	507,4	278К
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	
Фрукты свежие (яблоко) №338	150	0,6	0,6	14,3	68,4	338
Итого за прием пищи:		25,9	36,8	72,8	729,0	
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	
Борщ с капустой и картофелем №82	250	2,1	5,0	13,0	105,8	82
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 пеклеваный	40	2,5	0,4	16,4	79,2	
Итого за прием пищи:		27,4	25,9	112,6	790,4	
Всего:		53,3	62,7	185,4	1 519,4	

Зав производством _____