



Утверждаю

Директор

МОУ

М.В. Батракова

Ольга Валентиновна

1

12.04.2021г.

12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки, обеды) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ *ОМД 1. Крайнесеверное*

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г		
Завтрак					
Каша вязкая молочная из риса и пшена Дружба с маслом №175	200	5,4	6,6	34,7	220,3
Сыр (порциями) №15	30	6,6	8,7	0,0	105,9
Чай с молоком №421К	200/10/40	1,3	1,0	11,8	61,3
Хлеб пшеничный	60	4,4	0,5	29,2	137,8
Итого за прием пищи:		17,7	16,8	75,7	525,3
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
Суп картофельный с макаронными изделиями №103	250	2,8	2,9	19,9	117,6
Тефтели с рисом №307К	100	12,5	9,6	14,1	191,6
Пюре картофельное или картофель отварной №128, 125	180	3,8	9,0	25,8	197,9
Компот из свежих плодов (яблоко) №342	200	0,2	0,2	27,5	112,7
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9
Хлеб пеклеванный	40	2,5	0,4	16,5	79,2
Итого за прием пищи:		27,0	22,9	136,1	852,5
Всего:		44,7	39,7	211,8	1 377,8

Зав производством _____

Р