



16/10/2023

Утверждаю _____



Ежедневное 14-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 12-18 лет

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| 6 день | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337 | 1шт | 5,4 | 4,9 | 0,3 | 67,1 | 337 | 2004 |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №175 | 250 | 6,9 | 9,6 | 43,2 | 287,0 | 175 | 2011 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692 | 200 | 2,3 | 1,3 | 25,9 | 123,5 | 692 | 2004 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 70 | 5,1 | 0,4 | 34,0 | 160,8 | | |
| Итого за прием пищи: | 565 | 19,7 | 16,2 | 103,4 | 638,4 | | |
| Обед | | | | | | | |
| ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ | 100 | 1,6 | 0,1 | 8,9 | 42,8 | | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) №139 | 250 | 5,7 | 4,0 | 18,9 | 134,9 | 139 | 2004 |
| ТЕФТЕЛИ (1-й вариант) с соусом ТТК №65 | 100/30 | 11,6 | 15,2 | 19,2 | 224,6 | ТТК №65 | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (РОЖКИ) №516 | 200 | 7,5 | 5,9 | 45,2 | 262,6 | 516 | 2004 |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №647 | 200 | 0,1 | 0,0 | 28,2 | 110,3 | 647 | 2004 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 70 | 4,5 | 0,6 | 28,8 | 138,5 | | |
| Итого за прием пищи: | 1000 | 34,7 | 26,1 | 173,5 | 1 028,5 | | |
| Всего за день: | | 54,4 | 42,3 | 276,9 | 1 666,9 | | |

Зав. производством _____

Назарова