



08/09/2023

Утверждаю



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

10 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (ГЕРКУЛЕСОВОЙ) №161 | 300 | 6,4 | 6,4 | 19,6 | 162,4 | 161 | 2004 |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ №2 | 30/10/20 | 2,4 | 7,3 | 27,3 | 181,5 | 2 | 2004 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ (МОЛОКО) №378 | 200 | 1,7 | 1,3 | 17,3 | 86,7 | 378 | 2011 |
| Итого за прием пищи: | 560 | 10,5 | 15,0 | 64,2 | 430,6 | | |
| Обед | | | | | | | |
| КАПУСТА КВАШЕНАЯ | 100 | 1,6 | 0,1 | 8,9 | 42,8 | | |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №124 | 250 | 1,7 | 3,7 | 8,7 | 75,7 | 124 | 2004 |
| ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ ТТК №60 | 100/30 | 17,9 | 20,0 | 19,3 | 296,5 | ТТК №60 | |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ №518 | 180 | 3,5 | 5,0 | 28,6 | 173,1 | 518 | 2004 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТТК №52 | 200 | 0,1 | 0,1 | 14,2 | 59,2 | ТТК №52 | |
| 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: | 980 | 33,0 | 29,8 | 132,8 | 900,6 | | |
| Дополнительное питание (к одному из приёмов пищи) | | | | | | | |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ №338 | 200 | 0,8 | 0,8 | 19,0 | 91,2 | 338 | 2011 |
| Всего за день: | | 43,5 | 44,8 | 197,0 | 1 331,2 | | |

Зав. производством

Назарова