

Утверждаю

ИП Батракова О.В.

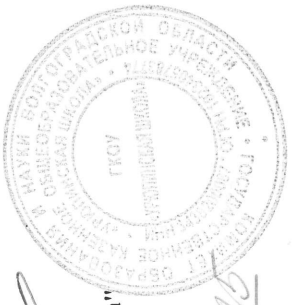
Согласовано *Васильев*

Директор ГКОУ "Урюпинская школа"

П.В.Данилов

Ежедневное 10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 7-11 лет

05.11.2016



8 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|-------------------------------------|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|--------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| Каша молочная жидкая манная ТТК №83 | 200 | 6,5 | 9,2 | 25,7 | 178,7 | ТТК №83 | |
| Бульброд с сыром ТТК №380 | 30/10/10 | 4,7 | 5,1 | 17,1 | 149,9 | ТТК №380 | |
| Чай с сахаром и лимоном ТТК №301 | 200 | 0,3 | 0,0 | 15,2 | 60,0 | ТТК №301 | |
| Батон | 50 | 3,9 | 1,5 | 25,1 | 129,5 | ТТК № 178 | |
| Итого за прием пищи: | 500 | 15,4 | 15,8 | 83,1 | 518,1 | | |
| Обед | | | | | | | |
| Огурец соленый ТТК №4 | 60 | 0,5 | 0,1 | 1,0 | 7,6 | ТТК №4 | |
| Суп из овощей ТТК №205 | 200 | 1,9 | 2,6 | 12,8 | 99,0 | ТТК №205 | |
| Плов из птицы ТТК №67 | 150 | 16,8 | 26,5 | 28,0 | 353,8 | ТТК №67 | |
| Компот из смеси сухофруктов ТТК №53 | 200 | 0,4 | 0,0 | 20,4 | 84,0 | ТТК №53 | |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | ТТК № 6 | |
| Хлеб пеклеваный | 70 | 4,5 | 0,6 | 28,8 | 138,5 | ТТК № 7 | |
| Итого за прием пищи: | 730 | 27,8 | 30,1 | 115,3 | 797,7 | | |
| Всего за день: | | 43,2 | 45,9 | 198,4 | 1 315,8 | | |

Зав. производством

[Handwritten signature]