



Утверждаю

И.П. Батракова О.В.

Согласовано

Директор ГКОУ "Урюпинская школа"

П.В. Данилов

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

07.05.2015

8 Вариант

8 Вариант							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Каша молочная жидкая манная ТТК №83 Бутерброд с сыром ТТК №380 Чай с сахаром и лимоном ТТК №301 Батон	200	6,5	9,2	25,7	178,7	ТТК №83	
	30/10/10	4,7	5,1	17,1	149,9	ТТК №380	
	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301	
	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 Суп из овощей ТТК №205 Плов из птицы ТТК №67 Компот из смеси сухофруктов ТТК №53 Хлеб пшеничный Хлеб пеклеваный	60	0,5	0,1	1,0	7,6	ТТК №4	
	200	1,9	2,6	12,8	99,0	ТТК №205	
	150	16,8	26,5	28,0	353,8	ТТК №67	
	200	0,4	0,0	20,4	84,0	ТТК №53	
	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6	
	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