



Согласовано Васильев

Директор ГКОУ "Урюпинская школа"

П.В. Данилов

10.09.2015

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

8 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
Каша молочная жидкая манная ТТК №83	200	6,5	9,2	25,7	178,7	ТТК №83	
Бутерброд 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	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>15,4</b>	<b>15,8</b>	<b>83,1</b>	<b>518,1</b>		
<b>Обед</b>							
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 пекелеванный	70	4,5	0,6	28,8	138,5	ТТК № 7	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>730</b>	<b>27,8</b>	<b>30,1</b>	<b>115,3</b>	<b>797,7</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>43,2</b>	<b>45,9</b>	<b>198,4</b>	<b>1 315,8</b>		

Зав. производством \_\_\_\_\_