



Согласовано _____
 Директор ГКОУ "Урюпинская школа"

П.В. Данилов

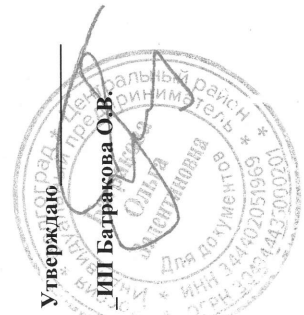
Ежедневное 10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 7-11 лет

М. 12. 2015

4 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
Каша вязкая молочная рисовая с творогом ТТК №653	200	7,8	13,0	30,2	225,8	ТТК №653		
Яйцо вареное вкрутую №337	1 шт	7,9	7,1	0,4	97,5	337		2004
Чай с сахаром каркаде ТТК №241	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №241		
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	29,2	137,8	ТТК № 6		
Итого за прием пищи:	524	20,4	20,5	74,8	519,1			
Обед								
Огурец соленый ТТК №4	60	0,5	0,1	1,0	7,6	ТТК №4		
Щи из свежей капусты с картофелем ТТК №47	200	1,6	3,0	8,0	70,4	ТТК №47		
Фрикадельки мясные в соусе ТТК №60	90/30	16,5	19,5	17,4	298,5	ТТК №60		
Каша гречневая вязкая (гарнир) ТТК №132	150	6,2	7,4	27,1	146,3	ТТК №132		
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	50	3,2	0,4	20,6	98,9	ТТК № 7		
Итого за прием пищи:	830	32,1	30,7	118,8	820,5			
Всего за день:		52,5	51,2	193,6	1 339,6			

Зав. производством _____



Утверждаю _____

И.П. Батракова О.В.