

Разработано
ИП Абрамова В.А.



12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгограда (горячие завтраки и обеды)

№ п/п	Наименование блюд	Выход (в гр.)	Пищевые вещества (гр.)			Энерг. ценность (ккал)	Витамины С	Номер по сборнику рецептов
			Б	Ж	У			
	Вариант 1							
	Завтрак							
1	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом	150/5	7,00	13,00	33,00	288,00	1,20	№302
2	Хлеб пшеничный	30	2,00	0,40	12,10	65,00	0,00	
3	Яйцо вареное вкрутую	1 шт	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00	№337
4	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	58,00	2,20	№685
	Итого		14,30	18,00	60,40	474,00	3,40	
	Обед							
1	Овощи отварные, соленые, свежие	30	0,70	0,10	3,30	15,00	0,04	
2	Суп картофельный с бобовыми	200	6,20	5,60	22,30	167,00	7,60	№139
3	Печень, тушенная в соусе	80	10,10	7,00	3,00	127,20	28,86	№439
4	Рис отварной	150	3,20	6,80	22,00	163,00	6,70	№511
5	Компот из сухофруктов	200	0,60	0,00	31,40	124,00	2,70	№639
6	Хлеб пшеничный	40	2,70	0,70	16,30	87,00	0,00	
7	Хлеб пеклеванный	20	1,10	0,20	9,40	44,00	0,00	
	Итого		24,60	20,40	107,70	727,20	45,90	
	Всего		38,90	38,40	168,10	1 201,20	49,30	

Зав. производством _____

Лаб