

ООО Виво Маркет



Утверждаю

Директор И.С. Замарина

МОУ СШ №13



12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ г. Волгограда

10 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |             | Энергетическая ценность, ккал | Витамины     |            | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|--------------------------------|--------------|------------------|-------------|-------------------------------|--------------|------------|--------------|------------------|
|                                |              | Белки, г         | Жиры, г     |                               | Углеводы, г  | С, мг      |              |                  |
| Котлета рыбная (минтай) №388   | 100          | 13,7             | 9,2         | 15,9                          | 199,7        | 0,2        | 388          | 2004             |
| Рис отварной №304              | 180          | 4,5              | 6,5         | 46,7                          | 263,1        | 0,0        | 304          | 2011             |
| Чай с молоком №421К            | 200          | 1,3              | 1,0         | 11,8                          | 61,3         | 0,1        | 421          | 2016             |
| Хлеб пшеничный                 | 40           | 3,0              | 0,2         | 19,5                          | 91,9         | 0,0        |              |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>    |              | <b>22,5</b>      | <b>16,9</b> | <b>93,9</b>                   | <b>616,0</b> | <b>0,3</b> |              |                  |

Зав. производством \_\_\_\_\_