

ООО Виво Маркет



Утверждаю  
 Директор  
 МОУ СШ № 13

*Ирина А. Зинарова*

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

11 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины		№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг			
<b>Обед</b>									
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	100	2,2	0,6	12,8	61,6	4,2			
Борщ с капустой и картофелем №82	250	2,1	5,0	13,0	105,8	8,8		82	2011
Плов из птицы №492	200	20,4	25,3	36,5	454,9	2,5		492	2004
Напиток из плодов шиповника №388	200	0,7	0,3	20,2	98,1	80,0		388	2011
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	0,0			
Хлеб пеклеваный	30	1,9	0,3	12,3	59,4	0,0			
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>30,3</b>	<b>31,7</b>	<b>114,3</b>	<b>871,7</b>	<b>95,5</b>			

Зав. производством \_\_\_\_\_