

ООО Виво Маркет



12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеды) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгограда

Утверждаю
 Директор
 МОУ *С. В. Шелестов*



Шелестов С. В.
 Шелестов С. В. директор МОУ Волгограда

5 день

| Принем пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины | | № рецептур | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|----------|------|------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | С, мг | | | |
| Обед | | | | | | | | | |
| Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная) | 60 | 1,3 | 0,4 | 7,7 | 37,0 | | 2,5 | | |
| Щи из свежей капусты с картофелем №88 | 200 | 1,5 | 4,0 | 7,4 | 72,2 | | 10,0 | 88 | 2011 |
| Плов из птицы №492 | 150 | 15,3 | 19,0 | 27,4 | 340,8 | | 2,0 | 492 | 2004 |
| Кисель из концентрата №648 | 200 | 0,1 | 0,0 | 30,7 | 126,5 | | 0,0 | 648 | 2004 |
| 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 | | |
| Итого за прием пищи: | | 23,1 | 23,9 | 105,0 | 727,8 | | 14,5 | | |

Зав. производством *Шелестова Т. В.*