



6-7-ти дневное меню для обеспечения дополнительным питанием обучающихся МОУ

Вариант 1

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
1	Яблоки свежие (не менее 150 грамм)	шт	0,6	0,6	14,3	68,4	338	2011
2	Нектар (сок) для детского питания в ассортименте (тетрапак не менее 0,2 л)	шт	1	0,2	19,60	89,20	707	2004
3	Коржик (кекс) детский (в инд. упаковке не менее 50 гр)	шт	6	19	43,2	367,1		

Вариант 2

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
1	Яблоки свежие (не менее 150 грамм)	шт	0,6	0,6	14,3	68,4	338	2011
2	Нектар (сок) для детского питания в ассортименте (тетрапак не менее 0,2 л)	шт	1	0,2	19,60	89,20	707	2004
3	Печенье Крекер (не соленый в индивидуальной упаковке не менее 100 гр)	шт	8	19	64	460		

Вариант 3

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
1	Яблоки свежие (не менее 150 грамм)	шт	0,6	0,6	14,3	68,4	338	2011
2	Нектар (сок) для детского питания в ассортименте (тетрапак не менее 0,2 л)	шт	1	0,2	19,60	89,20	707	2004
3	Печенье песочное (в индивидуальной упаковке не менее 50 гр)	шт	1	3,8	8,5	32,5	220	



Дневное меню для обеспечения дополнительным питанием обучающихся МОУ



Вариант 4

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
1	Яблоки свежие (не менее 150 грамм)	шт	0,6	0,6	14,3	68,4	338	2011
2	Нектар (сок) для детского питания в ассортименте (тетрапак не менее 0,2 л)	шт	1	0,2	19,60	89,20	707	2004
3	Печенье Крекер (не соленый в индивидуальной упаковке не менее 100 гр)	шт	8	19	64	460		

Вариант 5

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
1	Яблоки свежие (не менее 150 грамм)	шт	0,6	0,6	14,3	68,4	338	2011
2	Нектар (сок) для детского питания в ассортименте (тетрапак не менее 0,2 л)	шт	1	0,2	19,60	89,20	707	2004
3	Печенье песочное (в индивидуальной упаковке не менее 50гр)	шт	1	3,8	8,5	32,5	220	

Вариант 6

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
1	Яблоки свежие (не менее 150 грамм)	шт	0,6	0,6	14,3	68,4	338	2011
2	Нектар (сок) для детского питания в ассортименте (тетрапак не менее 0,2 л)	шт	1	0,2	19,60	89,20	707	2004
3	Печенье песочное (в индивидуальной упаковке не менее 50гр)	шт	1	3,8	8,5	32,5	220	