

Утверждаю:



Согласовано:



Примерное 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет

18.09.2026

5 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
БЛЮДО ИЗ РЫБЫ (РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК №12) КОТЛЕТА РЫБНАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК №11	90	12,4/10,2	12/11,05	13/9,8	200,1/179,5	ТТК №12/ТТК №11	
	160	2,8	3,9	25,4	147,9	ТТК №14	
	200	0,20	0,00	15,00	58,00	ТТК №19	
	50	3,80	0,30	25,10	118,40	ТТК №5	
Итого за прием пищи:	500	19,2/13	16,2/15,25	78,5/75,3	524,4/503,8		