



Директор ООО "Продторг Плюс"
Р.Е.Татарский

ОАО «Флодоовощторг» города Батайска
Примерное 2-х недельное меню завтраков для организации питания учащихся

возрастная группа от 7 до 11 л
Осенне-зимний период

№	Наименование блюд	Выход В граммах	Сборник Рецептур	Энерг Ценность Ккал	Белки	Жиры	Угле- Воды	В 1	В 2	С	А	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
1-день															
<i>Завтрак</i>															
1	Плов из птицы	1/100/50	492/2004	220,5	11,9	14,09	11,3	0,04	0,06	0,9	0	22	107	19	0,8
2	Зеленый горошек	1/60	пром.пр-ва	24	1,92	0,12	3,96	0,09	0,04	0	9	24	78	25	2
3	Хлеб пшеничный в/с	1/50	Пром.пр-ва	117	3,8	0,3	20,7	0,07	0,04	0	0	24	38,4	8,4	0,7
4	Масло сливочное	1/10	Пром.пр-ва	73,3	0,08	7,82	0,06	0,09	0,04	0	9	24	78	25	2
5	Компот из свежих яблок	1/200	631/2004	116,91	0,18	0,18	28,36	0	0	0,4	0	16	6	6	1
	Итого			551,71	17,88	22,51	64,38	0,29	0,18	1,3	18	110	307	83,4	6,5
2-день															
<i>Завтрак</i>															
1	Запеканка из творога со сметаной	1/100/20	326/2008	168	40,3	12,1	36,5	0,08	0,25	0,3	10	132	198	30	0,6
2	Хлеб пшеничный в/с	1/50	Пром.пр-ва	117	3,8	0,3	20,7	0,07	0,04	0	0	24	38,4	8,4	0,7
3	Масло сливочное	1/10	Пром.пр-ва	73,3	0,08	7,82	0,06	0,09	0,04	0	9	24	78	25	2
4	Чай с сахаром	1/200	686/2004	56	0	0	14	0	0	2,2	0	16	8	6	0,8
	Итого			414,3	44,18	20,22	71,26	0,24	0,33	2,5	19	196	322	69,4	4,1
3-день															
<i>Завтрак</i>															
1	Каша овсяная вязкая молочная с маслом,сахаром	1/265	161/2004	269,33	8,281	9,018	38,56	0,08	0,25	0,3	10	132	198	30	0,6
2	Хлеб пшеничный в/с	1/50	Пром.пр-ва	117	3,8	0,3	20,7	0,07	0,04	0	0	24	38,4	8,4	0,7