Согласовано:
Директор МОУ Вербенская СШ
14.06.22

Утверждено:
Директор ООО "Питание"
Кортопожко Е.Ю.

10и- дневное меню для обеспечения двухразовым питанием детей возрастной группы7-11 лет

5 день

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
			Завтрак			
182\2017М	Каша ячневая молочная жидкая с сахаром и маслом	**220**	7,31	10,98	49,18	325
376\2017М	Чай с сахаром	**200**	0,07	0,02	15	60
338\2017 М	Яблоки свежие	**100**	0,40	0,40	9,80	44,00
701\2010 М	Хлеб пшеничный	**30**	2,43	0,3	14,64	72,6
	Итого	**550**	**10,21**	**11,7**	**88,62**	**501,6**
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5
			Обед			
23\2017М	Нарезка овощная (огурец, помидор свежий)	**30/30**	0,05	0,05	3,04	7,2
132\2004 Л	Рассольник ленинградский (перловка)	**200**	2,7	8,6	16,38	135
297\331\2017М	Фрикадельки с соусом	**100**	10,43	7,98	9,03	150,50
203\2017М	Макароны отварные с маслом	**150**	5,73	6,08	31,96	205,5
639\2017М	Компот из сухофруктов	**200**	0,6	0	31,4	124
701\2010 М	Хлеб пшеничный	**20**	2,45	0,42	9,73	58,5
702\2010 М	Хлеб ржано-пшеничный	**30**	1,9	0,34	13,05	65,7
	Итого	**760**	**23,86**	**23,47**	**114,59**	**746,4**
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	700	23,1-26,95	23,7-26,95	100,5-117,25	705-822,5
	Всего		**34,074**	**35,17**	**203,21**	**1248**
	Норма по СанПиНу ± 5%		**38,5-46,2**	**39,5-47,4**	**167,5-201**	**1175-1410**