



Согласовано
 Директор МОУ «Вербенская СШ»
[Signature]

23.06.22



Утверждено
 Директор ООО «Питание»
[Signature] / Кортонюк Е.Ю.

104- дневное меню для обеспечения двухразовым питанием детей возрастной группы 7-11 лет
 9 дней

№ рецепта по сбору	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества/г				Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	7	
	2	3	4	5	6	7	
Завтрак							
182\2017М	Каша ячменная молочная жидкая с сахаром и маслом	220	7,31	10,98	49,18	325	
338\2017М	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	44,00	
376\2017М	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	
701\2010М	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	

№ рецепта по сбору	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества/г				Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	7	
Обед							
71\2017М	Огурец свежий	60	0,35	0,05	0,95	6	
101\2017М	Суп картофельный с крупой (шпено)	200	2,0	2,4	14,6	90,4	
493\2004П	Птица тушеная в сметанном соусе	100	8,697	8,133	2,836	119	
203\2017М	Макаронные отварные с маслом	150	5,73	6,08	31,96	205,5	
342\2011М	Компот из свежих плодов	200	0,1	0,2	27,5	112,7	
701\2010М	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,3	14,64	72,6	
702\2017М	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,9	0,34	13,05	65,7	
	Итого	770	21,207	17,503	105,6	671,9	
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	700	23,1-26,95	23,7-26,95	100,5-117,25	705-822,5	
	Всего		31,417	29,203	194,196	1173,5	
	Норма по СанПин ± 5%		38,5-46,2	39,5-47,4	167,5-201	1175-1410	