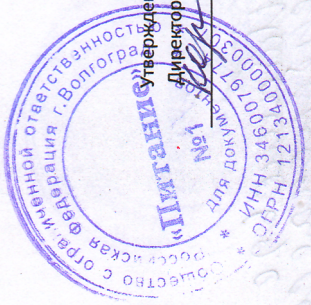


Согласовано: *[подпись]*  
 директор ООО "Питание"  
*[подпись]* /Кортоножко Е.Ю.



10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

№ реч. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб	вес блюда		Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность	
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	

Неделя 1/ день 7

Завтрак												
182/2017м	Каша молочная жидкая яичная с сахаром и маслом	20	200	250	8,90	11,12	5,95	7,45	34,00	42,50	225,15	281,53
3/2017м	Бутерброд с сыром	21	60	60	6,69	6,69	8,38	8,38	19,38	19,38	180,27	180,27
701/2010м	Хлеб пшеничный	4	40	40	3,16	3,16	0,50	0,40	19,32	19,32	96,52	96,52
54-4н/2022н	Чай с молоком	12	200	200	1,6	1,6	1,1	1,1	12,58	12,58	66,62	66,62
	Итого		500	550	20,35	22,57	15,93	17,33	85,28	93,78	568,56	624,94
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680

Обед

71/2017м	Овощи в нарезке (огурец свежий)	20	60	100	0,48	0,8	0,06	0,1	1,02	1,7	6	10
54-28с/2022н	Борщ с капустой и картофелем	23	200	250	1,44	1,8	3,93	4,92	8,75	10,93	83	103,75
77/1/2022	Котлета рыбная из п/ф высокой степени готовности с соусом	40	100/20	100/20	12,3	12,3	8,9	8,9	6,9	6,9	156,9	156,9
54-3сс/2022н	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом	20	150	180	6,19	7,43	6,84	8,2	37,98	45,57	238,24	285,8
171/2017м	Компот из изюма	8	200	200	0,4	0,4	0,1	0,1	18,4	18,4	75,8	75,8
54-4нн/2022н	Хлеб пшеничный	4	40	40	3,16	3,16	0,4	0,4	19,32	19,32	93,52	93,52
701/2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	5	50	50	2,8	2,8	0,55	0,55	24,7	24,7	114,95	114,95
702/2010 м	Итого	177	700	820	26,77	28,69	20,78	23,17	117,1	127,5	768,4	840,7
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%		700	800	23,1-26,95	27-31,5	23,7-26,95	27-32,2	100,5-117,25	114,9-134,05	705-822,5	816-952