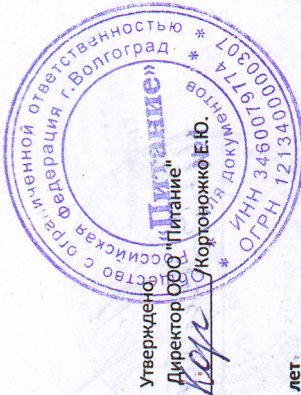




Согласовано:  
директор

*М.В. Вурицкая*



Утверждено:  
Директор ООО «Питание»

*Ю.Кортоножко*

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	вес блюда		Пищевые вещества/gr				Энергет. ценность		
			7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	
1	2										

Неделя 1/ день 2

**Завтрак**

54-167/2022н	Каша "Дружба" молочная с из смеси рисовой и пшенной крупы	20	200	250	6	7,5	11,18	13,97	24,1	30,13	221,1	276,27
3/2017м	Бугерборд 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
54-2гн/2022н	Чай с сахаром	10	200	200	0,2	0,2	0	0	10,38	10,38	42,32	42,32
	<b>Итого</b>		<b>500</b>	<b>550</b>	<b>16,05</b>	<b>17,55</b>	<b>20,06</b>	<b>22,75</b>	<b>73,18</b>	<b>79,21</b>	<b>540,21</b>	<b>595,38</b>
	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**

24/2017м	Нарезка из свежих помидоров и огурцов	20	60	100	0,6	3,51	5,28	6,07	2,07	3,45	42,42	70,7
54-1с/2022н	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	20	200	250	2,84	3,51	5,28	6,27	7,22	8,97	88,16	107,16
77/1/2022	Котлета рыбная из п/ф высокой степени готовности с соусом 100/20	40	120	120	12,3	12,3	8,9	8,9	6,9	6,9	156,9	156,9
54-3сс/2022н	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	25	150	180	3,7	4,43	4,8	5,86	36,5	43,8	203,5	244,2
171/2017м	Компот из изюма	8	200	200	0,4	0,4	0,1	0,1	18,4	18,4	75,8	75,8
54-4хн/2022н	Хлеб пшеничный	4	40	40	2,31	3,08	0,72	0,96	16,02	21,36	79,80	106,40
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	<b>Итого</b>	<b>177</b>	<b>760</b>	<b>850</b>	<b>24,95</b>	<b>27,52</b>	<b>23,99</b>	<b>28,71</b>	<b>111,81</b>	<b>127,58</b>	<b>761,53</b>	<b>876,11</b>
	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