



Согласовано: МОУ «Берёзская СШ»  
 Директор Мамашев Д.В.  
 ДР. 09.02.23

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена рубли	вес блюда		Пищевые вещества/г						Энергет. ценность ккал		Витамины (мг)	
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	Ж	У	У	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
					7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	с	с
Завтрак														
101/2004л	овощи консервированные (зеленый горошек)	11	60	100	1,35	2,25	0,18	0,30	7,92	13,20	38,32	64,20	0,63	1,05
229/2017м	рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	28	100	100	9,75	9,75	4,95	4,95	3,80	3,80	105,00	105,00	0,70	0,70
310/2017м	картофель отварной	15	150	180	3	3,6	0,6	0,72	23,7	28,44	112,2	134,65	21,75	26,1
338/2017м	фрукты свежие (яблоко)	15	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00	10,00	10,00
701/2010м	хлеб пшеничный	5,01	50	50	3,85	3,85	1,20	1,20	26,70	26,70	133,00	133,00	0,00	0,00
382/2017м	какао с молоком	14	200	200	4,08	4,08	3,54	3,54	17,38	17,38	118,6	118,6	0,3	0,3
	Итого	88,01	560	630	22,43	23,93	10,87	11,11	89,50	99,52	554,32	602,45	33,38	38,15
	Норма завтрака по СанПиН 209-25% ± 3%		500	550	15,4-19,25	16-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680		

Вариант 5