Согласовано: МОУ «Вербенская СШ»
Директор
Милошиов Э.С.

Утверждено
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
Кортоножко Е.Ю.

08. 09. 2023

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена Рубли	вес блюда	вес блюда	Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность	Энергет. ценность	Витамины (мг)	Витамины (мг)
					Б	Б	Ж	Ж	У	У	ккал	ккал	с	с
1	2		7-11 лет	12-18-11 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
	Вариант 5													
	~~Завтрак~~ обед													
70/71/2017м	*овощи по сезону (огурец свежий; соленый)*	*11*	*60*	*100*	*0,48*	*0,8*	*0,06*	*0,08*	*1,02*	*1,36*	*6*	*10*	*2,1*	*3,5*
82/2017м	*борщ с капустой и картофелем со сметаной*	*17*	*200/10*	*250/10*	*1,9*	*2,4*	*6,2*	*7,8*	*10,5*	*13,1*	*105,2*	*131,5*	*0,70*	*0,87*
255/2017м	*печень по строгоновски*	*29*	*100*	*100*	*13,26*	*13,26*	*11,23*	*11,23*	*3,52*	*3,52*	*185,00*	*185,00*	*7,64*	*7,64*
203/2017м	*макароны отварные с маслом*	*15*	*150,0*	*180,0*	*5,73*	*6,87*	*6,07*	*7,28*	*31,98*	*38,37*	*205,50*	*246,60*	*0,00*	*0,00*
702\2010м	*хлеб ржаной*	*5,01*	*50*	*50*	*2,37*	*2,37*	*0,56*	*0,56*	*21,75*	*21,75*	*109,5*	*109,5*	*0,00*	*0,00*
701/2010м	*хлеб пшеничный*	*3*	*40*	*40*	*3,08*	*3,08*	*0,96*	*0,96*	*21,36*	*21,36*	*106,40*	*106,40*	*0,00*	*0,00*
342\2011м	*компот из свежих плодов*	*8*	*200*	*200*	*0,1*	*0,1*	*0,2*	*0,2*	*27,5*	*27,5*	*112,7*	*112,7*	*0,9*	*0,9*
	Итого	**88,01**	**810,0**	**930,0**	**26,94**	**28,86**	**25,24**	**28,06**	**117,61**	**126,98**	**830,30**	**901,70**	**11,34**	**12,91**
	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		