



Согласовано: *МОУ "Сербенская СШ"*  
 Директор: *Шмидтов А.С.*



Утверждено  
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг": *[Signature]*

11.09.2023

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

№ п/п	№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена Рубли	вес блюда		Пищевые вещества/г			Энергет. ценность ккал		Витамины (мг)			
				7-11 лет	12-18-11 лет	Б	Ж	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет		
Вариант 6														
707/2017м		овощи по сезону (огурец свежий; соленый)	11	60	100	0,48	0,06	0,1	1,14	1,9	12	2,45	4,083	
88/2017м		Шти из свежей капусты с картофелем со сметаной	15	200/10	250/10	1,84	5,04	6,3	8,24	10,3	109	1,20	1,50	
246/2017м		гуляш из отварной говядины	35	100	100	13,36	14,08	14,08	3,27	3,27	164,00	1,20	1,20	
702/2016м		хлеб ржаной	5,01	50	50	2,37	0,56	0,56	21,75	21,75	109,5	0,00	0,00	
701/2016м		хлеб пшеничный	3	40	40	3,08	0,96	0,96	21,36	21,36	106,40	0,00	0,00	
310/2017м		картофель отварной	11	150	180	3	0,6	0,72	23,7	28,44	112,2	21,75	26,1	
360/202		кисель из повидла	8	200,0	200,0	0,08	0,04	0,04	23,03	23,03	111,60	1,80	1,80	
Итого				88,01	810,0	24,21	25,59	21,34	22,76	102,49	698,10	747,15	34,68	
Норма обедов по СанПиН 30%/35% ± 5%					700	23,1-26,95	23,7-31,5	27,3-32,2	100,5-117,25	114,9-134,05	705,822,5	816,952		

*обед*