



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

18.09.2023

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена рубль	вес блюда		Пищевые вещества/г						Энергет. ценность		Витамины (мг)			
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	Ж	У	Ж	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	
1	2															
Вариант 1																
1012004д	и сыр кабачковая консервированная	13	60	100	0,976	1,626	0,96	1,6	6,16	10,26	62,4	104	0	0		
271/331/2017м	кофеты домашние с соусом	40	100,0	100,0	7,81	7,81	12,28	12,28	10,62	10,62	180,00	180,00	0,00	0,00		
331/2017	соус	5	20,0	20,0												
203/2017м	макаронны 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		
701/2010м	хлеб пшеничный	5,01	30	30	2,31	2,31	0,72	0,72	16,02	16,02	79,80	79,80	0,00	0,00		
376/2017м	чай с сахаром	10	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3		
	Итого	88,01	560	630,0	16,90	18,69	20,05	21,90	79,78	90,27	587,70	670,40	0,30	0,30		
	Норма завтрака по СанПиН 20% ± 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	544-660				

Завтрак