



Согласовано: *МОУ «Вербейская СШ»*  
 Директор: *Михайлов Д.С.*  
 22.09.2017

22.09.2017

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена рубли	вес блюда		Пищевые вещества/г						Энергет. ценность		Витамины (мг)	
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	Ж	У	У	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
			12-18 лет	7-11 лет	Б	Ж	Ж	У	У	ккал	ккал	С	С	
Завтрак														
101/2004.л	овощи консервированные (зеленый горошек)	11	60	100	1.35	2.25	0.18	0.50	7.92	13.20	38.52	64.20	0.63	1.05
229/2017.м	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
310/2017.м	картофель отварной	15	150	180	3	3.6	0.6	0.72	23.7	28.44	112.2	134.65	21.75	26.1
338/2017.м	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
701/2010.м	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
382/2017.м	какао с молоком	14	200	200	4.08	4.08	3.54	3.54	17.58	17.58	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
			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		

Норма завтрака по СанПиН 20% ± 5%