



Согласовано: М.О.Ч. Ветелева С.В.
Директор
Михайлов И.С.

22.09.2023

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена Рубли	вес блюда		Пищевые вещества/г					Энергет. ценность ккал		Витамины (мг)		
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	Ж	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	
1	2													
Вариант 5														
70712017ж	овощи по сезону (огурец свежий; соевый)	11	60		0,48	0,8	0,06	0,08	1,02	1,36	6	10	2,1	3,5
822017ж	борщ с капустой и картофелем со сметаной	17	200/10	250/10	1,9	2,4	6,2	7,8	10,5	13,1	103,2	131,5	0,70	0,87
2552017ж	печень по строганински	29	100	100	13,26	13,26	11,23	11,23	3,52	3,52	185,00	185,00	7,64	7,64
2032017ж	макаронные 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
70212010ж	хлеб ржесовый	5,01	50	50	2,37	2,37	0,56	0,56	21,75	21,75	109,5	109,5	0,00	0,00
7012010ж	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
34212011ж	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 обеды по СанПит		700	800	23,1-26,95	27-31,5	23,7-26,95	27-33,2	100,5-117,25	114,9-134,05	705-822,5	816-952		