



12.10.2023

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

№ реч. по сбор.	Наименование блюда	Цена Рубли	вес блюда		Пищевые вещества/г						Энергет. ценность		Витамины (мг)	
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	Б	Ж	У	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
101/2004з	исра кабанчиковая консервированная	11	60	0,976	0,98	0,96	4,07	5,08	6,16	6,16	62,4	62,4	0	0
96/2017м	рисовые лепешки пензенский	14	200,0	1,61	2,01	4,07	5,08	9,58	11,97	85,80	85,80	6,70	6,70	107,25
290/2017м	птица тушеная в сметанном соусе	30	100	12,12	12,12	11,52	11,52	12,93	12,93	164	164	1,37	1,37	0,00
171/2017м	каша рисовая расквашенная с маслом	17	150	3,54	4,25	7,29	8,75	36,83	44,2	276,87	276,87	0,00	0,00	0,00
702/2010ч	хлеб рисовый	5,01	40	1,89	1,89	0,44	0,44	17,4	17,4	87,6	87,6	0,00	0,00	0,00
701/2010ч	хлеб пшеничный	3	30	2,31	2,31	0,72	0,72	16,02	16,02	79,80	79,80	0,00	0,00	0,00
360/202	кисель из повидла	8	200,0	0,08	0,08	0,04	0,04	23,03	23,03	111,60	111,60	1,80	1,80	107,25
Итого		88,01	780,0	22,53	21,63	25,04	27,51	121,95	131,71	818,07	818,07	6,70	6,70	107,25
	Норма обеды по СанПиН 30% ± 5%		700	23,1-26,05	27-31,5	23,7-26,95	27-32,2	100,5-117,25	114,9-134,05	705-822,5	705-822,5	816-952		

Вариант 9

обед