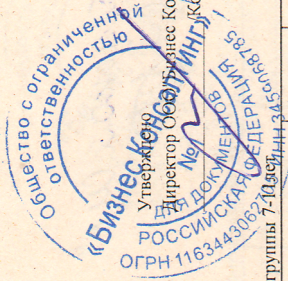




Согласовано: *М. В. Мironov*
 М. В. Мironov
 Директор



18.10.2023

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		Витамины (мг)			
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Б	Ж	Ж	У	У	7-11 лет ккал	12-18 лет ккал	7-11 лет с	12-18 лет с		
1	2															
Вариант 3																
7071/2017м	овощи свежие (помидор свежий; соленый)	11	60	100	0,66	1,1	0,12	0,2	0,2	2,16	3,6	13,2	22	8,75	14,58	
135/2004л	суп овощной со сметаной	15	200/10	250/10	2,1	2,6	5,5	6,9	6,9	10,2	12,8	100,2	125,3	8,3	10,3	
279/331/2017м	тефтели говяжьи с рисом соусом	30	90	100	7,46	8,29	8,29	9,21	9,21	9,44	10,48	142,00	157,77	0,41	0,45	
331/2017	соус	3	20,0	20,0												
198/2017м	горох отварной	13	150,0	180,0	13,63	16,35	6,85	8,21	8,21	35,02	42,02	255,00	306,00	0,00	0,00	
703/2010м	хлеб ржаной	5,01	50	50	2,37	2,37	0,56	0,56	0,56	21,75	21,75	109,5	109,5	0,00	0,00	
701/2010м	хлеб пшеничный	3	40	40	3,08	3,08	0,96	0,96	0,96	21,36	21,36	106,40	106,40	0,00	0,00	
360/202	кисель из повидла	8	200,0	200,0	0,08	0,08	0,04	0,04	0,04	23,03	23,03	111,60	111,60	1,80	1,80	
	Итого	88,01	820	950	29,36	32,79	22,34	26,06	26,06	123,00	134,99	837,94	938,52	19,26	27,13	
	Норма обеды по СанПиН 30% ± 5%		700	800	23,1-26,95	27-31,5	23,7-26,93	27-32,100,5-117,25	27-32,100,5-117,25	114,9-134,05	149-174,05	705-822,5	816-952			