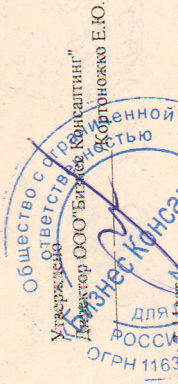




Согласовано: *Ирина Вербенкина*
 Директор: *Ирина Вербенкина*

19.10.2023



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	Ж	Ж	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Б	Ж	Ж	Ж	Ж	ккал	ккал	с	с	

Вариант 4

Обед

52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	11	60	100	0,84	1,4	3,6	6	4,96	8,26	55,68	92,8	3,99	6,65
112/2017м	суп картофельный с макаронными изделиями	15	200	250	2,2	2,75	2,2	2,75	16,1	20,12	94	117,5	0,76	0,95
289/2017м	рагу с курицей	46	200	240	7,35	9,18	12,17	15,21	13,44	16,13	237,71	333,80	11,70	14,04
702/2010м	хлеб ржесной	5,01	50	50	2,37	2,37	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	21,36	21,36	106,40	106,40	0,00	0,00
639/2017м	компот из сухофруктов	88,01	750,0	880,0	16,44	19,38	0,6	0	109,01	119,02	727,29	884,00	16,75	21,94
Итого														

Норма обеда по СанПиН 10%- 35% ± 3%

23.1-26.95	27.31.5	23.7-26.95	27.12.2100.5-117.25114.9.15.4.05	705-877.5	816-952
700	800				