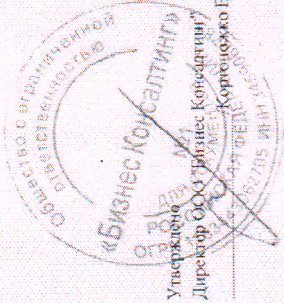




Согласовано: *М.Ю. Верещенская*
 Директор: *Михайлов Д.С.*



23.10.2023

7м	297М	Наименование блюда	Цена рубли	вес блюда		Пищевые вещества/г/100г						Энергетическая ценность		Витамины (мг)			
				7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	У	Ж	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет		
				7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	У	Ж	У	ккал	ккал	с	с		
		2															
Завтрак																	
		овощи свежие (помидор, свекла, болгарский перец)	10	60	100	0,66	1,1	0,12	0,2	2,16	3,6	13,2	22	8,75	14,58		
		Биточки, котлеты куриные с соусом сметанным с луком	30	100	100	10,18	10,18	11,33	11,33	7,07	7,07	147,85	147,85	1,5	1,5		
		соус сметанный с луком	3	20	20												
		макарон отварные с соусом томатным	15	150,0	180,0	5,73	6,87	6,07	7,28	31,98	38,37	203,50	246,60	0,00	0,00		
		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		
		чай с сахаром	10	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	1,5	1,5	60	60	0,3	0,3		
		хлеб пшеничный	5,01	30	50	2,31	3,85	0,72	1,20	16,02	26,70	79,80	133,00	20,55	26,38		
		Итого	88,01	660,0	750,0	19,35	22,47	18,66	20,43	82,03	100,54	553,35	656,45	20,55	26,38		
		Норма завтрака по СанПин 20% ± 5%		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				