



Согласовано: *М.О.У. Вертеменная И.И.*  
 Директор: *Мамашов Ж.С.*



26.10.2023

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

№ реп. по сбор.	Наименование блюд	Цена Рубли	вес блюда		Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность		Витамины (мг)					
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	7-11 лет			12-18 лет			7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	
								Б	Ж	У	Б	Ж	У					ккал
1	2																	
Обед																		
101/2004л	икра кабанчиков консервированная	11	60	60	0,976	0,98	0,96	0,96	6,16	6,16	62,4	62,4	0	0				
96/2017м	рассольник лепинг-градский	14	200,0	250,0	1,61	2,01	4,07	5,08	9,58	11,97	85,80	85,80	6,70	107,25				
290/2017м	птица тушеная в сметанном соусе	30	100	100	12,12	12,12	11,52	11,52	12,93	12,93	164	164	1,37	1,37				
171/2017м	каша рисовая рассыпчатая с маслом	17	150	180	3,54	4,23	7,29	8,75	36,83	44,2	226,87	272,24	0,00	0,00				
702/2010м	хлеб ржесной	5,01	40	40	1,89	1,89	0,44	0,44	17,4	17,4	87,6	87,6	0,00	0,00				
701/2010м	хлеб пшеничный	3	30	30	2,31	2,31	0,72	0,72	16,02	16,02	79,80	79,80	0,00	0,00				
360/202	кашль из повидла	8	200,0	200,0	0,08	0,08	0,04	0,04	23,03	23,03	111,60	111,60	1,80	1,80				
	Итого	88,01	780,0	860,0	22,53	21,63	25,04	27,51	121,95	131,71	818,07	863,44	6,70	107,25				
	Норма обеда по СанПин 30% - 35% ± 5%		700	800	23,1-26,95	27-31,5	23,7-26,95	27-32,2	100,5-117,25	114,9-134,05	705-822,5	816-952						

Вариан 9