



04.11.2023

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастных групп

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена Рубли	вес блюда 7-11 лет	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность ккал		Витамины (мг)	
					Б 7-11 лет	Б 12-18 лет	Ж 7-11 лет	Ж 12-18 лет	У 7-11 лет	У 12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет

Вариант 2

Обед														
№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена Рубли	вес блюда 7-11 лет	вес блюда 12-18 лет	Б 7-11 лет	Б 12-18 лет	Ж 7-11 лет	Ж 12-18 лет	У 7-11 лет	У 12-18 лет	Энергет. ценность ккал 7-11 лет	Энергет. ценность ккал 12-18 лет	Витамины (мг) 7-11 лет	Витамины (мг) 12-18 лет
101/2004л	Овощи консервированные (зеленый горошек)	11	60	100	1,35	2,25	0,18	0,30	7,92	13,20	38,52	64,20	0,63	1,05
8812017м	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	15	200/10	250/80	1,84	2,3	5,04	6,3	8,24	10,3	87,2	109	1,20	1,50
295/332/2017м	Блиочки, котлеты куриные с соусом сметанным с луком	28	100	100	10,18	10,18	11,33	11,33	7,07	7,07	147,85	147,85	1,5	1,5
332/2017м	супе сметанный с луком томатом	3	20	20	5,73	6,87	6,07	7,28	31,98	38,37	205,50	246,60	0,00	0,00
203/2017м	макароны отварные с маслом	15	150,0	180,0	2,37	2,37	0,56	0,56	21,75	21,75	109,5	109,5	0,00	0,00
702/2010м	хлеб ржесной	5,01	50	50	3,08	3,08	0,96	0,96	21,36	21,36	106,40	106,40	0,00	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	3	40	40	0,1	0,1	0,2	0,2	27,5	27,5	112,7	112,7	0,9	0,9
342/2011м	компот из свежих яблодов	88,01	200	200	24,7	24,9	26,9	26,9	125,8	139,6	807,7	896,3	4,2	5,0
	Итого		700	800	251-26,93	2731,5	23,7-26,93	27,32-31,00	5-11,7,25	14,3-14,05	705-822,5	816-952		

Норма обеда по СанПиН №18-1/91 ± 5%