



Утверждено  
 Директор ООО «Бизнес-Консалтинг»  
 Жортоножко Ю.

13.11.2023



Согласовано:  
 Директор МБОУ «Вербенская сш»  
 Мещеряков Д.Е.

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

№ реч. по сбор.	Наименование блюда	Цена Рубли	вес блюда		Пищевые вещества/						Энергет. ценность		Витамины (мг)	
			7-11 лет	12-18-11 лет	Б	Ж	Б	Ж	У	У	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет
Обед														
70/71/2017м	овощи по сезону (огурец свежий; соевый)	11	60	100	0,48	0,8	0,06	0,1	1,14	1,9	7,2	12	2,45	4,083
88/2017м	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	15	200/10	250/10	1,84	2,3	5,04	6,3	8,24	10,3	87,2	109	1,20	1,50
246/2017м	зудачи из отварной говядины	35	100	100	13,36	14,08	14,08	14,08	3,27	3,27	164,00	164,00	1,20	1,20
702/2010м	хлеб ржачной	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
310/2017м	картофель отварной	11	150	180	3	3,6	0,6	0,72	23,7	28,44	112,2	134,65	21,75	26,1
360/202	капсель 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
	<b>Итого</b>	<b>88,01</b>	<b>810,0</b>	<b>930,0</b>	<b>24,21</b>	<b>25,59</b>	<b>21,34</b>	<b>22,76</b>	<b>102,49</b>	<b>110,05</b>	<b>698,10</b>	<b>747,15</b>	<b>28,40</b>	<b>34,68</b>
			700	800	23,1-26,95	27-31,5	23,7-26,95	27-32,2	100,5-117,25	14,9-134,05	705-822,5	816-952		

Норма обеда по СанПин 30% - 35% ± 5%

Вариант 6