



15.11.2024

Наименование блюд	Цена рубли	вес блюда		Пищевые вещества/г						Энергет. ценность		Витамины (мг)			
		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет		12-18 лет		7-11 лет		12-18 лет		7-11 лет		12-18 лет	
		Б	Б	Ж	У	Ж	У	ккал	ккал	С	С	С	С		
Завтрак															
свежая 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		
печенье по старорусски	44	100	100	13,26	13,26	11,23	11,23	3,52	3,52	185,00	185,00	7,64	7,64		
орехи растительная	18	150	180	8,83	10,62	9,55	11,46	39,86	47,83	280,00	335,99	0,00	0,00		
хлеб пшеничный	5,01	30	30	2,31	2,31	0,72	0,72	16,02	16,02	79,80	79,80	0,00	0,00		
чай с сахаром	10	200	200	0,07	0,17	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3		
Итого	88,01	540	610	25,33	27,66	25,12	29,43	79,36	90,63	660,48	753,59	11,93	14,59		
Норма завтрака по СанПиН 20% - 25% ± 3%		500	560	13,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680				

Вариант 8