



Собласовано *М.Ю. Вербенская г.м.*
 Директор *М.Ю. Вербенская г.м.*

21.11.2023

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена Рубли	вес блюда		Пищевые вещества/г						Энергет. ценность ккал		Витамины (мг)			
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Б	Б	Ж	Ж	Ж	У	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
1	№ 2															
Вариант 2																
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		
88/2017м	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	15	200/10	250/89	1,84	2,3	5,04	6,3	8,24	10,3	87,2	109	1,20	1,50		
295/332/2017м	Биточки, котлеты куринные с соусом сметанным с луком	28	100	190	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	макаронны 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 ржаной	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 яблод	8	200	200	24,7	24,9	24,3	26,9	125,8	139,6	807,7	896,3	4,2	5,0		
	Итого	88,01	830,0	950,0	23,15	27,31	23,7	26,93	145,9	134,05	705,82	816,952				

Норма обмена по СанПиН 30% ± 5%