



Согласовано: *М.О.У. Терекенская С.С.*
 Директор: *Мамашев Д.С.*

24.11.2023

	Наименование блюда	Цена рубли	вес блюда		Пищевые вещества/г						Энергетическая ценность ккал	Энергетическая ценность ккал	Витамин (мг)	Витамин (мг)
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет				
7м	овощи свежие (помидор, свекла, соевый)	10	60	100	0,66	1,1	0,12	0,2	2,16	3,6	13,2	22	8,73	14,58
297М	Батончики - котлеты куриные с соусом сметанным с луком	30	100	100	10,18	10,18	11,33	11,33	7,07	7,07	147,85	147,85	1,5	1,5
1	соус сметанный с луком томатом	3	20	20	5,73	6,87	6,07	7,28	31,98	38,37	305,50	246,60	0,00	0,00
2	макаронные отварные с маслом	15	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00	10,00	10,00
3	фрукты свежие (яблоко)	10	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3
4	чай с сахаром	5,01	30	50	2,31	3,83	0,72	1,20	16,02	26,70	79,80	133,00	20,55	20,55
	Итого	88,01	6600	7500	19,35	22,47	18,66	20,43	82,03	100,54	553,35	656,45	20,55	26,38
	Норма завтрака по СанПин 20% - 25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680		

Вариант 6

Завтрак