



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

18.12.23

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена, руб.	вес блока		Пищевые вещества/g						Энергет. ценность, ккал	Энергет. ценность, ккал	Витамины (мг)	Вит.	
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	Б	Ж	У	У					12-18 лет
Завтрак															
101/20044	икра кабачковая консервированная	13	60	100	0,976	1,626	0,96	1,6	6,16	10,26	62,4	104	0		
271/331/2017м	котлеты домашние с соусом	40	100,0	100,0	7,81	7,81	12,28	12,28	10,62	10,62	180,00	180,00	0,00		
331/2017	соус	5	20,0	20,0											
203/2017м	макаронь отварные с маслом	15	150,0	180,0	5,73	6,87	6,07	7,28	31,98	38,37	205,50	246,00	0,00		
701/2010м	хлеб пшеничный	5,01	30	30	2,31	2,31	0,72	0,72	16,02	16,02	79,80	79,80	0,00		
376/2017м	чай с сахаром	10	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3		
	Итого	88,01	560	630,0	16,90	18,69	20,05	21,90	79,78	90,27	587,70	670,40	0,30		
			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	544-660			
	Норма завтрака по СанПиН 2019г: 25% ± 5%														

Вариант 1