



10.01.24

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		Выг с			
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Б	Ж	Ж	У	У	7-11 лет	12-18 лет				
1	2															
Вариант 3																
52/2017м	салат овощной с растительным маслом	15	60	100	0,84	1,4	3,6	6	4,96	8,26	35,68	92,8	3,99			
291/2017м	плов из птицы	50	50/150	50/150	16,89	16,89	9,86	9,86	34,09	34,09	302,66	302,66	4,50			
376/2017м	чай с сахаром	10	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3			
701	хлеб пшеничный	5,85	50	50	3,85	3,85	1,20	1,20	26,70	26,70	133,00	133,00	0,00			
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	17	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00	10,00			
	Итого	97,85	610	650	22,05	22,61	15,06	17,46	80,75	84,05	598,34	635,46	18,79			
	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				

Завтрак