



Согласовано: *Ирина Владимировна Сидорова*  
 директор: *Ирина Владимировна Сидорова*

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

25.01.24

№ ред. по сбор.	Наименование блюд	Цена рубли	вес блюда		Пищевые вещества/g						Энергет. ценность ккал	Энергет. ценность ккал	Витамины (мг)	Вит с
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Б	7-11 лет	7-11 лет	12-18 лет	12-18 лет				

Вариант 4

Завтрак

15/2017ж	сыр порционными	18	10	10	2,32	2,32	2,95	2,95	2,95	2,95	0	0	36	36	0,07	0,07
279/331/2017ж	пюре из говядины с рисом соусом	37	90	100	7,46	8,29	8,29	9,21	9,21	9,44	10,48	10,48	142,00	157,77	0,41	0,41
331/2017	соус	5	20,0	20,0												
171/2017ж	каша ячневая рассыпчатый	15	150	180	4,64	5,56	7,79	9,34	9,34	32,91	39,49	39,49	220,00	263,40	0,00	0,00
701/2010ж	хлеб пшеничный	5,85	30	50	2,31	3,85	0,72	1,20	1,20	16,02	26,70	26,70	79,80	133,00	0,00	0,00
378/2017ж	чай с молоком	17	200	200	1,52	1,52	1,35	1,35	1,35	15,9	15,9	15,9	81	81	1,33	1,33
	Итого	97,85	500,0	560,0	18,25	21,54	21,10	24,05	24,05	74,27	92,57	92,57	558,80	671,17	1,81	1,81
	Норма завтрака по СанПин 20%± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	18-23	67-83,75	76,6-95,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680		