



Согласовано: *М.О. Ч. Верейская С.С.*
директор: *Пашинская А.С. М.Ю.*
26.01.24

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

№ реп. по сбор.	Наименование блюд	Цена рубль	вес блюда		Пищевые вещества/г/										Энергет. ценность ккал		Витамин (мг)	
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Б	Ж	Ж	У	У	У	У	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет		
			7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет			
Завтрак																		
101/2004г	овощи консервированные (зеленый горошек)	15	60	100	1,35	2,25	0,18	0,30	7,92	13,20	38,52	64,20	0,63					
229/2017г	рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	30	100	100	9,75	9,75	4,95	4,95	3,80	3,80	105,00	105,00	0,70					
310/2017г	картофель отварной	15	150	180	3	3,6	0,6	0,72	23,7	28,44	112,2	134,65	21,75					
338/2017г	фрукт свежий (яблоко)	17	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00	10,00					
701/2010г	хлеб пшеничный	5,85	50	50	3,85	3,85	1,20	1,20	26,70	26,70	133,00	133,00	0,00					
382/2017г	какао с молоком	15	200	200	4,08	4,08	3,54	3,54	17,38	17,38	118,6	118,6	0,3					
	Итого	97,85	560	630	22,43	23,93	10,87	11,11	89,50	99,52	554,32	602,45	33,38					
	Норма завтрака по СанПин	± 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 5