



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

29.01.24

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена рубль	вес блюда		Пищевые вещества/g						Энергет. ценность ккал		Витамины (мг)	
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	Ж	У	Ж	У	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		
Завтрак														
7071/2017м	овощи свежие (помидор свежий; соевый)	12	60	100	0,66	0,12	0,2	2,16	3,6	13,2	22	8,75		
295/332/2017м	Биточки, колбасы куриные с соусом сметанным с луком	35	100	100	10,18	11,33	11,33	7,07	7,07	147,85	147,85	1,5		
332/2017м	соус сметанный с луком томатом	3	20	20										
203/2017м	макаронные изделия с маслом	15	150,0	180,0	5,73	6,07	7,28	31,98	38,37	205,50	246,60	0,00		
338/2017м	фрукты свежие (яблоко)	17	100	100	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00	10,00		
376/2017м	чай с сахаром	10	200	200	0,07	0,02	0,02	1,5	1,5	60	60	0,3		
701/2010м	хлеб пшеничный	5,85	30	50	2,31	0,72	1,20	16,02	26,70	79,80	133,00			
	Итого	97,85	660,0	750,0	19,35	18,66	20,43	82,03	100,54	553,35	656,45	20,55		
	Норма завтрака по СанПиН 20%-25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680			

Вариант 6