



Согласовано: *М.О.У. Верейская Ш.С.*  
 директор: *Мельникова И.С.*

*09.02.24*

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена Рубли	вес блюда		вес блюда 12-18-11 лет	Пищевые вещества/г						Энергет. ценность		Витамин (мг)	Вытам с	
			7-11 лет	12-18 лет		Б	Ж	Ж	У	У	У	7-11 лет	12-18 лет			ккал
1	2															
Вариант 5																
70/71/2017м	овощи по сезону (огурец свежий; соевый)	15	60	100	0,48	0,8	0,06	0,08	1,02	1,36	6	10	2,1			
82/2017м	борщ с капустой и картофелем со сметаной	17	200/10	250/10	1,9	2,4	6,2	7,8	10,5	13,1	105,2	131,5	0,70			
255/2017м	печень по строголовски	32	100	100	13,26	13,26	11,23	11,23	3,52	3,52	185,00	185,00	7,64			
203/2017м	макарон отварные с маслом	15	150,0	180,0	5,73	6,87	6,07	7,28	31,98	38,37	205,50	246,60	0,00			
702/2010м	хлеб ржачный	5,85	50	50	2,37	2,37	0,56	0,56	21,75	21,75	109,5	109,5	0,00			
701/2010м	хлеб пшеничный	3	40	40	3,08	3,08	0,96	0,96	21,36	21,36	106,40	106,40	0,00			
342/2017м	компот из свежих яблодов	10	200	200	0,1	0,1	0,2	0,2	27,5	27,5	112,7	112,7	0,9			
	Итого	97,85	810,0	930,0	26,94	28,86	25,24	28,06	117,61	126,98	830,30	901,70	11,34			
	Норма обмена по СанПиН 30%- 35% ± 5%		700	800	23,1-26,95	27-31,5	23,7-26,95	27-32,2	100,5-117,25	114,9-134,05	705-822,5	816-952				