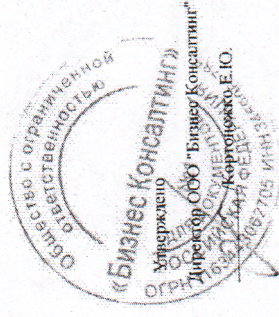




Согласовано: *М.О.У. Вербенская С.С.*  
 директор: *Мельников Д.С. Мелер*



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

19.02.24

№ п/п по сбор.	Наименование блюда	Цена Рубли	вес блюда		Пищевые вещества/г						Энергет. ценность ккал		Витамины (мг)	
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Б	Ж	Ж	У	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
			обед		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	с	с
<b>Вариант 1</b>														
7071/2017м	овощи по сезону (огурец свежий; соленый)	15	60	100	0,48	0,8	0,06	0,1	1,14	1,9	7,2	12	2,45	4,1
96/2017м	рассолылик денинградский	14	200	250	1,61	2,01	4,07	5,08	9,58	11,97	85,80	85,80	6,70	10,0
291/2017м	ялов из ятши	50	50/150	60/180	16,89	20,27	9,86	11,83	34,09	40,90	302,66	363,19	4,50	5,0
702/2010м	хлеб ржаной	5,85	50	50	2,37	2,37	0,56	0,56	21,75	21,75	109,5	109,5	0,00	0,0
701/2010м	хлеб пшеничный	3	40	50	3,08	3,85	0,96	1,20	21,36	26,70	106,40	133,00	0,00	0,0
639/2017м	компот из сухофруктов	10	200	200	0,6	0,6	0	0	31,4	31,4	124	124	0,3	0,0
	<b>Итого</b>	<b>97,85</b>	<b>750,0</b>	<b>890,0</b>	<b>25,03</b>	<b>29,90</b>	<b>15,51</b>	<b>18,77</b>	<b>119,32</b>	<b>134,62</b>	<b>728,36</b>	<b>815,49</b>	<b>13,95</b>	<b>11</b>

Норма обеды по СанПин 30%-35% ±5% 700 23,1-26,95 27-31,5 23,7-26,95 27-32,2 100,5-117,25 14,9-134,05 703-822,5 816-952