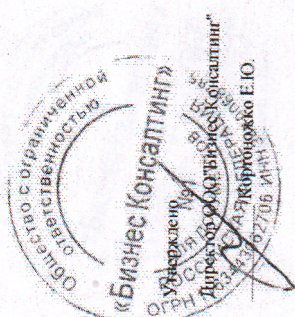




Согласовано: *М.У. «Верхняя Сиса»*
 директор: *Машаев Э.Э.*



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

19.02.24

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена рубль	вес блюда		Пищевые вещества/г						Энергет. ценность ккал	Энергет. ценность ккал	Витамины (мг)	Вит				
			12-18 лет		7-11 лет		12-18 лет		7-11 лет						12-18 лет		7-11 лет	
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	Б	Ж	У	У					У	У	С	С
Вариант 1																		
101/2004п	испри кабачковая консервированная	17	60	100	0,976	1,626	0,96	1,6	6,16	10,26	62,4	104	0					
271/331/2017м	котлеты домашние с соусом	45	100,0	100,0	7,81	7,81	12,28	12,28	10,62	10,62	180,00	180,00	0,00					
331/2017	соус	5	20,0	20,0														
203/2017м	макаронны 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					
701/2010м	хлеб пшеничный	5,85	30	30	2,31	2,31	0,72	0,72	16,02	16,02	79,80	79,80	0,00					
376/2017м	чай с сахаром	10	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3					
	Итого	97,85	560	630,0	16,90	18,69	20,05	21,90	79,78	90,27	587,70	670,40	0,30					
	Норма завтрака по СанПиН 209-23% ± 5%		500	550	15,4-19,23	18-22,5	15,8-19,73	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680						