



Согласовано: *М.О.У. Вершинская М.И.*  
 директор: *Мельниченко С.И.*



11.03.24

№ ред. по сбор.	Наименование блюда	Цена Рубли	вес блюда		Пищевые вещества/g						Энергет. ценность ккал	Энергет. ценность ккал	Витамины (мг)	
			7-11 лет	12-18-11 лет	Б	Ж	Б	Ж	У	У				12-18 лет
Вариант 6														
707/2017м	овощи по сезону (бурец свежий, соевый)	15	60	100	0,48	0,8	0,06	0,1	1,14	1,9	7,2	12	2,45	4
88/2017м	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	15	200/10	250/10	1,84	2,3	5,04	6,3	8,24	10,3	87,2	109	1,20	1
246/2017м	гуляш из отварной говядины	38	100	100	13,36	14,08	14,08	14,08	3,27	3,27	164,00	164,00	1,20	1
702/2017м	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
701/2017м	хлеб пшеничный	3	40	40	3,08	3,08	0,96	0,96	21,36	21,36	106,40	106,40	0,00	0
310/2017м	картофель отварной	11	150	180	3	3,6	0,6	0,72	23,7	28,44	112,2	134,65	21,75	2
360/202	кисель из повидла	10	200,0	200,0	0,08	0,08	0,04	0,04	23,03	23,03	111,60	111,60	1,80	1
	Итого	97,85	810,0	930,0	24,21	25,59	21,34	22,76	102,49	110,05	698,10	747,15	28,40	3
	Норма обеда по СанПиН 3096-35% ± 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		