



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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена рубли	вес блюда		Пищевые вещества/g						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	7-11 лет	12-18 лет
Завтрак																
70/71/2017м	овощи свежие (помидор свежий; соевый)	12	60	100	0,66	1,1	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	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	5,73	6,87	6,07	7,28	31,98	38,37	205,50	246,60	0,00			
203/2017м	макаронные изделия с маслом	15	150,0	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00	10,00			
338/2017м	фрукты свежие (яблоко)	17	100	100	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3			
376/2017м	чай с сахаром	10	200	200	2,31	3,85	0,72	1,20	16,02	26,70	79,80	133,00				
701/2010м	хлеб пшеничный	5,85	30	50	19,35	22,47	18,66	20,43	82,03	100,54	553,35	656,45	20,55			
	Итого	97,85	660,0	750,0	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680				
	Норма завтрака по СанПиН		500	550												

Вариант 6