



Согласовано
 директор *И.И. Мещеряков*

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

01.04.24

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена рубли	вес блюда		Пищевые вещества/г						Энергет. ценность ккал	Энергет. ценность ккал	Витамины (мг)	
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Б	7-11 лет	12-18 лет	Ж	Ж			7-11 лет	12-18 лет
Вариант 6														
7071/2017м	овощи свежие (помидор свежий; соленый)	12	60	100	0,66	1,1	0,12	0,2	2,16	3,6	13,2	22	8,75	
295/332/2017м	Биточки, котлеты куриные с соусом сметанным с луком	35	100	100	10,18	10,18	11,33	11,53	7,07	7,07	147,85	147,85	1,5	
332/2017м	соус сметанный с луком томатом	3	20	20										
203/2017м	макароны 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	
338/2017м	фрукты свежие (яблоко)	17	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00	10,00	
376/2017м	чай с сахаром	10	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	
701/2010м	хлеб пшеничный	5,85	30	50	2,31	3,85	0,72	1,20	16,02	26,70	79,80	133,00		
	Итого	97,85	660,0	750,0	19,35	22,47	18,66	20,43	82,03	100,54	553,35	656,45	20,55	
	Норма завтрака по СанПин		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	16-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680		

Завтрак