



10.04.2024

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

№ рец. по сбор	Наименование блюда	Цена рубль	вес блюда		Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность		Витамины (мг)	
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Б	Ж	Ж	У	У	ккал	ккал	7-11 лет	12-18 лет

Вариант 3

Завтрак															
№ рец. по сбор	Наименование блюда	Цена рубль	вес блюда 7-11 лет	вес блюда 12-18 лет	Б	Б	Ж	Ж	У	У	ккал	ккал	7-11 лет	12-18 лет	Витамины (мг)
52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	15	60	100	0,84	1,4	3,6	6	4,96	8,26	55,68	92,8	3,99		
291/2017м	плов из птицы	50	50/150	50/150	16,89	16,89	9,86	9,86	34,09	34,09	302,66	302,66	4,50		
376/2017м	чай с сахаром	10	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3		
701	хлеб пшеничный	5,85	50	50	3,85	3,85	1,20	1,20	26,70	26,70	133,00	133,00	0,00		
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	17	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00	10,00		
	Итого	97,85	610	650	22,05	22,61	15,06	17,46	80,75	84,05	598,34	635,46	18,79		

Норма завтрака по СанПиН 20%-25% ± 5% 500 550 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