



Согласовано: *И.И. Иванов*
 директор: *И.И. Иванов*

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

26.04.2024

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

Вариант 5

Завтрак

101/2004г	овощи консервированные (зеленый горошек)	15	60	100	1,35	2,25	0,18	0,30	7,92	13,20	38,52	64,20	0,63
220/2017м	рыба тушеная в томате с овощами (жиртай)	30	100	100	9,75	9,75	4,95	4,95	3,80	3,80	105,00	105,00	0,70
310/2017м	картофель отварной	15	150	180	3	3,6	0,6	0,72	23,7	28,44	112,2	134,65	21,75
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
701/2010м	хлеб пшеничный	5,85	50	50	3,85	3,85	1,20	1,20	26,70	26,70	133,00	133,00	0,00
382/2017м	масло с молоком	15	200	200	4,08	4,08	3,54	3,54	17,58	17,58	118,6	118,6	0,3
Итого		97,85	560	630	22,43	23,93	10,87	11,11	89,50	99,52	554,32	602,45	33,38
	Норма завтрака по СанПиН, 20% - 25%, ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	13,8-19,75	16-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680	