



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

27.04.2024

№ рел. по сбор.	Наименование блюд	Цена рубли	вес блюда		Пищевые вещества/г						Энергет. ценность ккал		Витамины (мг)
			7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет		12-18 лет		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	
					Б	Б	Ж	Ж					
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, котлеты 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
312/2017м	соус сметанный с луком томаты	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
318/2017м	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	сладкий напиток	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
	Черная заправка по СанПиН 20%-25% и 5%		500	550	15,4-19,25	19-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680	

Завтрак

Вариант 6