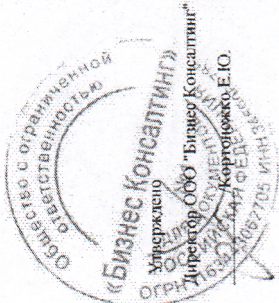




Согласовано: *М.О.У. Вербежная С.С.*
 директор: *Мельников Д.С.*



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

06.05.24

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена Рубли	вес блюда		Пищевые вещества/г						Энергет. ценность		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
Вариант 1														
707/2017м	овощи по сезону (огурец свежий, соевый)	15	60	100	0,48	0,8	0,06	0,1	1,14	1,9	7,2	12	2,45	4,1
96/2017м	рисовый суп ленинградский	14	200	250	1,61	2,01	4,07	5,08	9,58	11,97	85,80	85,80	6,70	10,1
291/2017м	плов из птицы	50	50/150	60/180	16,89	20,37	9,86	11,83	34,09	40,90	302,66	363,19	4,50	5,1
702/2010м	хлеб ржаной	5,85	50	50	2,37	2,37	0,56	0,56	21,75	21,75	109,5	109,5	0,00	0,1
701/2010м	хлеб пшеничный	3	40	50	3,08	3,85	0,96	1,20	21,36	26,70	106,40	133,00	0,00	0,1
639/2017м	компот из сухофруктов	10	200	200	0,6	0,6	0	0	31,4	31,4	124	124	0,3	0,1
	Итого	97,85	750,0	890,0	25,03	29,90	15,51	18,77	119,32	134,62	728,36	815,49	13,95	11

23.1-26.95	27-31.5	23.7-26.95	27-32.2	100.5-117.25	14.9-134.05	703-822.5	816-952
------------	---------	------------	---------	--------------	-------------	-----------	---------

Цирка обед по СанПин 30%- 35% ± 5%

800

700

обед