



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

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена рубли	вес блюда		Пищевые вещества/г						Энергет. ценность ккал		Витамины (мг)	
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	Ж	У	У	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	Ж	У	У	У	7-11 лет	12-18 лет	с	с
<b>Завтрак</b>														
101/2004л	шпр. кабачковая консервированная	17	60	100	0,976	1,626	0,96	1,6	6,16	10,26	62,4	104	0	0
271/331/2017м	котлеты домашние с соусом	45	100,0	100,0	7,81	7,81	12,28	12,28	10,62	10,62	180,00	180,00	0,00	0,00
311/2017	соус	5	20,0	20,0										
203/2017м	макаронны отварные с маслом	15	150,0	180,0	5,73	6,87	6,07	7,28	31,98	38,37	203,50	246,60	0,00	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	5,85	30	30	2,31	2,31	0,72	0,72	16,02	16,02	79,80	79,80	0,00	0,00
376/2017м	чай с сахаром	10	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3
	Итого	97,85	560	630,0	16,90	18,69	20,05	21,90	79,78	90,27	587,70	670,40	0,30	0,30
	Норма завтрака по СанПин 20% ± 5%		500	850	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-96,75	470-587,5	544-680		

20.05.24

Вариант 1