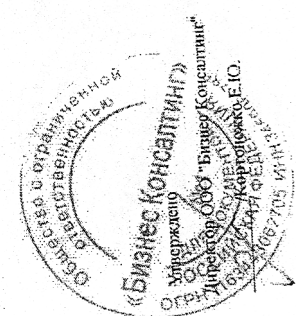


Согласовано: *М.О.ч. Вервенецкая С.С.*
 директор *Мельникова Г.С.*



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

| № п/п по сбор. | Наименование блюд | Цена Рубли | вес блюда | | Питательные вещества/обед | | | | | | Энергет. ценность ккал | Витамин С | Витамин В1 | | |
|----------------|--|------------|-----------|--------|---------------------------|---------|------------|---------|--------------|--------------|------------------------|-----------|------------|----------|-----------|
| | | | 7-11 лет | | 12-18 лет | | 7-11 лет | | 12-18 лет | | | | | 7-11 лет | 12-18 лет |
| | | | Б | У | Б | У | Ж | У | Ж | У | | | | | |
| 707/2017м | овощи по сезону (огурцы свежие; соленый) | 15 | 60 | 100 | 0,48 | 0,8 | 0,06 | 0,1 | 1,14 | 1,9 | 7,2 | 12 | 2,45 | 4,1 | |
| 96/2017м | рассольник нешипродский | 14 | 200 | 250 | 1,61 | 2,01 | 4,07 | 5,08 | 9,58 | 11,97 | 85,80 | 85,80 | 6,70 | 10,1 | |
| 201/2017м | пюре из картофеля | 50 | 50/150 | 60/180 | 16,89 | 20,27 | 9,86 | 11,83 | 34,09 | 40,90 | 302,66 | 363,19 | 4,50 | 5,1 | |
| 702/2010м | хлеб ржаной | 3,85 | 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 | |
| 701/2017м | компот из сухофруктов | 10 | 200 | 200 | 0,6 | 0,6 | 0 | 0 | 31,4 | 31,4 | 124 | 124 | 0,3 | 0,1 | |
| 639/2017м | 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 | 11,1 | |
| | | | | 800 | 23,1-26,95 | 27-31,5 | 23,7-26,95 | 27-32,2 | 100,5-117,25 | 114,9-134,05 | 705-822,5 | 816-952 | | | |

Шумихобед по СанПит 30% - 35% ± 5%