



Согласовано: *М.Ю. Ч. и Вербекина С.И.*
 директор: *Мамашев Э.Р.*

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

| № рец. по сбор. | Наименование блюда | Цена рубль | вес блюда | | Питательные вещества/г | | | | | | Энергет. ценность ккал | | Витамин (мг) | | | |
|-----------------|--------------------------------------------|------------|-----------|-----------|------------------------|---------|------------|-------|----------|------------|------------------------|-----------|--------------|--|--|--|
| | | | 7-11 лет | 12-18 лет | Б | Ж | Б | Ж | У | У | 7-11 лет | 12-18 лет | | | | |
| 1 | 2 | | | | | | | | | | | | | | | |
| Вариант 1 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 101/2004л | варя кабачковая консервированная | 17 | 60 | 100 | 0,976 | 1,626 | 0,96 | 1,6 | 6,16 | 10,26 | 62,4 | 104 | 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 | | | |
| 331/2017 | соус | 5 | 20,0 | 20,0 | | | | | | | | | | | | |
| 203/2017м | макарон отварные с маслом | 15 | 150,0 | 100,0 | 5,73 | 6,87 | 6,07 | 7,28 | 31,98 | 38,37 | 205,50 | 246,60 | 0,00 | | | |
| 701/2010м | чай питьевой | 5,85 | 30 | 30 | 2,31 | 2,31 | 0,72 | 0,72 | 16,02 | 16,02 | 79,80 | 79,80 | 0,00 | | | |
| 376/2017м | чай с сахаром | 10 | 200 | 200 | 0,07 | 0,07 | 0,02 | 0,02 | 13 | 13 | 60 | 60 | 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 | | | |
| | Порция дублирует по СанПин 20% - 2,5% + 5% | | 500 | 850 | 15,4-19,23 | 18-22,5 | 15,8-19,75 | 18-23 | 67-83,75 | 76,8-95,75 | 470-587,5 | 644-680 | | | | |

14.10.24