



Согласовано: *М.В.У. Веретенская СМ 4*
директор: *Маманова ДС*

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

05.11.2011

№ п/п	№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена рубль	вес блюда		Пищевые вещества/г						Энергет. ценность ккал		Энергет. ценность ккал		Витамины (мг)		
				7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет		
Завтрак																		
70/71/2017м		овощи по сезону (ошуря, свеклы; соевый)	15	60	100	0,48	0,08	0,06	0,1	1,14	1,9	7,2	12	2,45				
246/2017м		булочки из оттаярой говядины	47	100	100	13,36	14,08	14,08	14,08	3,27	3,27	164,00	164,00	1,20				
171/2017м		гречка рассыпчатая	18	150	180	8,85	10,62	9,55	11,46	39,86	47,83	280,00	335,99	0,00				
701/2010м		хлеб пшеничный	5,85	30	30	2,31	0,72	0,72	0,72	16,02	16,02	79,80	79,80	0,00				
377/2017м		чай с сахаром и лимоном	12	207	207	0,13	0,13	0,02	0,02	15,2	15,2	62	62	0,3				
		Итого	97,85	547,0	617,0	25,1	26,5	24,4	26,4	75,5	84,2	593,0	653,8	4,0				
		Норма завтрака по СанПин 20% - 25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680					

Вариант 2