



Согласовано: *М.Ю. Верbitsкая* и.и.
 директор: *Марианна Э.С. Мещерякова*

10.12.24

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/g						Энергет. ценность		Выгода (кг)
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	7-11 лет	12-18 лет	У	7-11 лет	12-18 лет	

Вариант 7

7071/2017м	овощи по сезону (огурец свежий; соевый)	15	60	100	0,48	0,8	0,06	0,08	1,02	1,36	6	10	2,1
291/2017м	пюре из птицы	50	50/150	50/150	16,89	16,89	9,86	9,86	34,09	34,09	302,66	302,66	4,30
377/2017м	чай с сахаром и лимон	12	207	207	0,13	0,13	0,02	0,02	15,2	15,2	62	62	0,3
701/2017м	хлеб пшеничный	5,85	30	50	2,31	3,85	0,72	1,20	16,02	26,70	79,80	133,00	0,00
п.т	печенье полуплюс молоко	15	30	30	4,35	4,35	16,95	16,95	15,6	15,6	117	117	6,90
	Итого	97,85	510	510	24,16	26,02	27,61	28,11	81,93	92,95	567,46	624,66	
	Норма завтрака по СанПиН 2018-23% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	13,8-19,73	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680	

Завтрак