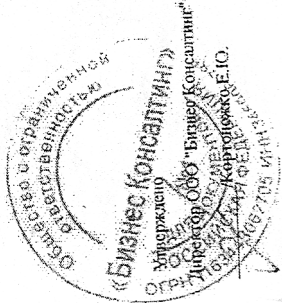


Согласовано: МОУ «Вербейская СШ»
 директор: Мельникова З.С.



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

№ п/п по сбору	Наименование блюда	Цена Рубли	вес блюда		Пищевые вещества/г						Энергетическая ценность		Выдача (кг) с	Выдаче 7-11 лет		
			7-11 лет		12-18 лет		7-11 лет		12-18 лет		7-11 лет				12-18 лет	
			Б	Ж	Б	Ж	У	У	ккал	ккал	ккал	ккал				
1	Вариант 1															
707/2017м	овощи по сезону (огурец свежий; соленый)	15	60	100	0,48	0,8	0,06	0,1	1,14	1,9	7,2	12	2,45	4,1	10	
96/2017м	рисовый суп ленинградский	14	200	250	1,61	2,01	4,07	5,08	9,58	11,97	85,80	85,80	6,70	5,1	10	
29/2017м	рыба из птицы	50	50/150	60/180	16,89	20,27	9,86	11,83	34,09	40,90	302,66	363,19	4,50	6,1	10	
702/2010м	хлеб ржаной	5,85	50	50	2,37	2,37	0,56	0,56	21,75	21,75	109,5	109,5	0,00	0,1	10	
701/2010м	хлеб пшеничный	3	40	50	3,08	3,85	0,96	1,20	21,36	26,70	106,40	133,00	0,3	0,1	10	
619/2017м	компот из сухофруктов	10	200	200	0,6	0,6	0	0	31,4	31,4	124	124	13,95	4,1	11	
	Итого	97,85	750,0	890,0	25,03	29,90	15,51	18,77	119,32	134,62	728,36	815,49				
				800	27,31,5	23,7,26,95	27,32,2	100,5,117,25	14,9,134,05	705,822,5	816,952					

Норма обмена по СанПиН 30%-35% ±5%