

Согласовано: *М.О.Ч. Веретенская С.С.*
 директор: *Шмидт В. Г. С. Ив.*



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

20.12.2014

№ рейс по сбор.	Наименование блюда	Цена рубль	вес блюда		Тщательные вещества/						Энергет. ценность ккал	Энергет. ценность ккал	Витамины (мг)
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Б	Ж	Ж	У	У			

Вариант 5

№ рейс по сбор.	Наименование блюда	Цена рубль	вес блюда		Тщательные вещества/						Энергет. ценность ккал	Энергет. ценность ккал	Витамины (мг)
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Б	Ж	Ж	У	У			
101/2004а	овощи консервированные (зеленый горошек)	15	60	100	1,35	2,25	0,18	0,30	7,92	13,20	38,52	64,20	0,63
229/2017а	рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	30	100	100	9,75	9,75	4,95	4,95	3,80	3,80	105,00	105,00	0,70
310/2017а	картофель отварной	15	150	180	3	3,6	0,6	0,72	23,7	28,44	112,2	134,65	21,75
338/2017а	фрукты свежий (яблоко)	17	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00	10,00
701/2010а	сладкий напиток	5,85	50	50	3,85	3,85	1,20	1,20	26,70	26,70	133,00	133,00	0,00
382/2017а	какао с молоком	15	200	200	4,08	4,08	3,54	3,54	17,58	17,58	118,6	118,6	0,3
	Итого	97,85	560	630	22,43	23,93	10,87	11,14	89,50	99,52	554,32	602,45	33,38
	Норма завтрака по СанПиН 20% ± 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	

Завтрак