



Согласовано: МОН. Венденская М.  
 директор: Мамашев Э.С. Мамаш

29.12.2024

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена рубли	вес блюда		Питательные вещества/г						Энергет. ценность ккал	Энергет. ценность ккал	Витамины (мг)
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	Ж	У	Ж			
707/2017м	Оладьи по сезону (запекать свежий; сдобный)	15	60	100	0,48	0,8	0,06	0,08	1,02	1,36	6	10	2,1
291/2017м	плов из птицы	50	50/150	50/150	16,89	16,89	9,86	9,86	34,09	34,09	302,66	302,66	4,50
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
701/2017м	хлеб пшеничный	5,85	30	50	2,31	3,85	0,72	1,20	16,02	26,70	79,80	133,00	0,60
п.т	печенье топленое молоко	15	30	30	4,35	4,35	16,95	16,95	15,6	15,6	117	117	0,60
	Итого:	97,85	510	510	24,16	26,02	27,61	28,11	81,93	92,95	567,46	624,66	6,90
	Норма завтрака по СанПит. 20% ± 5%		300	550	15,4-19,25	18-22,5	13,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680	

Вариант 7.

Завтрак