



Согласовано: *И.Ю.У. Вербенская*
 директор: *Иванов В.С.*

21.01.25

Примерное 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (Обед) обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12 лет и старше

№ п/п по сбор.	Наименование блюд	Цена Рубли	вес блюда 7-11 лет	вес блюда 12-18 лет	Пшеничные изделия/у		Энергет. ценность ккал		Витamins (мг)			
					Б 7-11 лет	Б 12-18 лет	Ж 7-11 лет	Ж 12-18 лет	У 7-11 лет	У 12-18 лет	С 7-11 лет	С 12-18 лет
101/20044	Овощи консервированные (зеленый горошек)	20	60	100	1,35	2,25	0,18	0,30	7,92	13,20	0,63	1,05
88/2017м	Циц из свежей капусты с картофелем со сметаной	16	200/10	250/10	1,84	2,3	5,04	6,3	8,24	10,3	3,20	1,50
295/332/2017м	Биточки, котлетки курные с соусом сметанным с луком	31	100	100	10,18	10,18	11,33	11,33	7,07	7,07	147,85	1,5
332/2017м	Соус сметанный с сухими томатами	4	20	20								
203/2017м	Макарон отварные с маслом	15	150/0	180/0	5,73	6,87	6,07	7,28	31,98	38,37	205,50	0,00
701/2010м	Хлеб ржаной	5,2	50	50	2,37	2,37	0,56	0,56	21,75	21,75	109,5	0,00
701/2010м	Хлеб пшеничный	3	40	40	3,08	3,08	0,96	0,96	21,56	21,56	106,40	0,00
342/2011м	Компот из свежих плодов	10	200	200	0,1	0,1	0,2	0,2	27,5	27,5	112,7	0,9
Итого		104,2	810/0	950/0	24,7	24,9	24,3	26,9	125,8	139,6	807,7	4,2
			700	800	23,1-26,95	27,315	23,7-26,95	27,322	109,5-117,25	149,1/161,05	785-872,5	816-859

обед

Вариант 2

Питание обеспечено. Состав: 100%, 35% и 5%