Согласовано: МОУ „Вербенская СШ"
директор
Исмаилова Э.С.

ИНН 3418007492

Утверждено
Директор ООО "Питание"
_________/Московкин С.С.

ИНН 3460079774
ОГРН 1213400000307

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

04.03.2025

№ рец.	Наименование блюд	Цена Рубли			Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность	Энергет. ценность	Витамины (мг)	Витамины (мг)
по сбор.			вес блюда	весблюда	Б	Б	Ж	Ж	У	У	ккал	ккал	с	с
1	2		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12--18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
	Вариант 2													
						обед								
101/2004л	*Овощи консервированные(зеленый горошек)*	*20*	*60*	*100*	*1,35*	*2,25*	*0,18*	*0,30*	*7,92*	*13,20*	*38,52*	*64,20*	*0,63*	*1,05*
88/2017м	*Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной*	*16*	*200/10*	*250/10*	*1,84*	*2,3*	*5,04*	*6,3*	*8,24*	*10,3*	*87,2*	*109*	*1,20*	*1,50*
295/332/2017М	*Биточки , котлеты куриные с соусом сметанным с луком*	*31*	*100*	*100*	*10,18*	*10,18*	*11,33*	*11,33*	*7,07*	*7,07*	*147,85*	*147,85*	*1,5*	*1,5*
332/2017м	*соус сметанный с лукоми томатом*	*4*	*20*	*20*										
203/2017м	*макароны отварные с маслом*	*15*	*150,0*	*180,0*	*5,73*	*6,87*	*6,07*	*7,28*	*31,98*	*38,37*	*205,50*	*246,60*	*0,00*	*0,00*
702/2010м	*хлеб ржаной*	*5,2*	*50*	*50*	*2,37*	*2,37*	*0,56*	*0,56*	*21,75*	*21,75*	*109,5*	*109,5*	*0,00*	*0,00*
701/2010м	*хлеб пшеничный*	*3*	*40*	*40*	*3,08*	*3,08*	*0,96*	*0,96*	*21,36*	*21,36*	*106,40*	*106,40*	*0,00*	*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*	*112,7*	*0,00*	*0,00*
	Итого	*104,2*	*830,0*	*950,0*	*24,7*	*24,9*	*24,3*	*26,9*	*125,8*	*139,6*	*807,7*	*896,3*	*4,2*	*5,0*
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%		700	800	23,1-26,95	27-31,5	23,7-26,95	27-32,2	100,5-117,25	114,9-134,05	705-822,5	816-952		