



Согласовано  
директор



Утверждено  
Директор ООО  
«Питание»

03.03.2025

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена рубль	вес блока		Пищевые вещества/г						Энергет. ценность		Витамины (мг)				
			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			
					Б	Ж	Б	Ж							ккал	ккал	с
1	2																
	Вариант 1																
101/2004л	шурпа кабачковая консервированная	20	60	100	0,976	1,626	0,96	1,6	6,16	10,26	62,4	104	0	0	0	0	
271/331/2017м	кнелеты домашние с соусом	45	100,0	100,0	7,81	7,81	12,28	12,28	10,62	10,62	180,00	180,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
331/2017	соус	5	20,0	20,0													
203/2017м	макарроны отварные с маслом	19	150,0	180,0	5,73	6,87	6,07	7,28	31,98	38,37	205,50	246,60	0,00	0,00	0,00	0,00	
701/2010м	хлеб пшеничный	5,2	30	30	2,31	2,31	0,72	0,72	16,02	16,02	79,80	79,80	0,00	0,00	0,00	0,00	
376/2017м	чай с сахаром	10	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3	0,3	0,3	
	Итого	104,2	560	630,0	16,90	18,69	20,05	21,90	79,78	90,27	587,70	670,40	0,30	0,30	0,30	0,30	
	Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 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