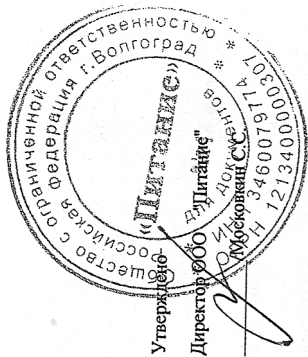




Согласовано: *М.В. Дубинская*
и.о. директор *Д.А. Дубинская*



Примерное 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (Завтрак) обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

№ п/п	Целевое блюдо	Число порций	всего блюда	Питательные вещества/г										Энергетическая ценность		Витамины (мг)	
				7-11 лет		12-18 лет		Б	Е	Ж	Ж	У	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
				12-18 лет	12-18 лет	7-11 лет	7-11 лет										
Вариант 1																	
Завтрак																	
101/2004д	искусственная 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	компоты 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	макаронные 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				