

Согласовано:
Директор



22.01.2025 г.



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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена Рубли	вес блюда		Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность		Витамины (мг)	
			вес блюда	7-11 лет	12-18 лет	Б	Б	Ж	Ж	У	У	ккал	ккал	с

Вариант 3

Обед

70/71/2017м	овощи свежие (помидор свежий; соленый)	11	60	100	0,66	1,1	0,12	0,2	2,16	3,6	13,2	22	8,75	14,58
135\2004л	суп овощной со сметаной	15	200/10	250/10	2,1	2,6	5,5	6,9	10,2	12,8	100,2	125,3	8,3	10,3
279/331/2017м	тефтели говяжьи с рисом соусом	30	90	100	7,46	8,29	8,29	9,21	9,44	10,48	142,00	157,77	0,41	0,45
331/2017	сок	5	20,0	20,0										
198/2017м	сирок отварной	15	150,0	180,0	13,03	16,35	6,85	8,21	35,02	42,02	255,00	306,00	0,00	0,00
702\2010м	хлеб ржаной	5,01	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	3,88	3,08	0,96	0,96	21,36	21,36	106,40	106,40	0,00	0,00
360/202	кисель из повидла	8	200,0	200,0	4,08	4,08	0,00	0,00	22,00	22,00	110,00	110,00	0,00	0,00
	итого	88,01	820	950	29,36	32,79	22,34	26,06	123,00	134,99	837,94	938,52	19,26	27,13
	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	14,9-134,05	705-822,5	816-952		