

Согласовано:

Директор

03.03.2025 г.

Утверждено

Директор ООО "Питание"

/Московкин С.С.

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

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

Вариант 1

Обед

70/71/2017м	овощи по сезону (огурец свежий; соленый)	11	60	100	0,48	0,8	0,06	0,1	1,14	1,9	7,2	12	2,45	4,083
96/2017м	рассольник ленинградский	14	200	250	1,61	2,01	4,07	5,08	9,58	11,97	85,80	85,80	6,70	10,735
701/2017м	хлеб из пшеницы	7,01	50/150	00/180	16,89	20,27	9,86	11,83	34,09	40,90	302,66	363,19	4,50	5,40
702/2010м	хлеб пшеничный	3	40	50	3,08	3,85	0,96	1,20	21,36	26,70	106,40	133,00	0,00	0,00
639/2017м	компот из сухофруктов	8	200	200	0,6	0,6	0	0	31,4	31,4	124	124	0,3	0,3
Итого		88,07	750,0	800,0	25,03	30,03	14,91	18,07	100,5	120,05	705,82	816,95	13,65	20,218

Норма обеда по СанПин 30%-35% ± 5%

700

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