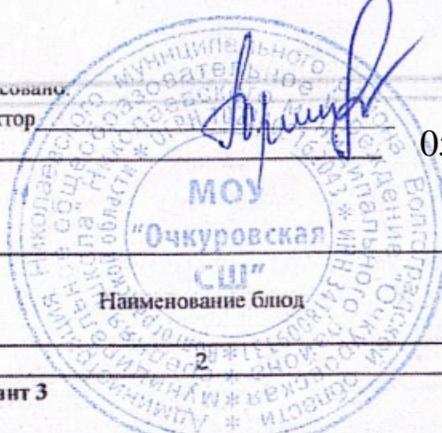
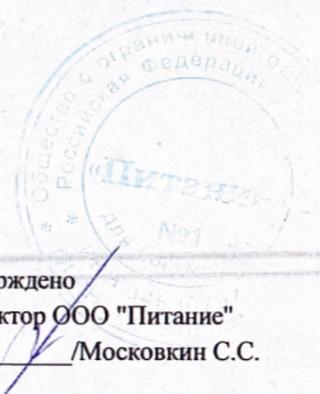


Согласовано
Директор



05.03.2025 г.

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



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 | | |