

Согласовано:  
Директор



16.05.2025 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		Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность	Энергет. ценность	Витамины (мг)	Витамины (мг)		
			7-11 лет	12-18-11 лет	Б	Б	Ж	Ж	У	У	ккал	ккал	с	с		
1	2		7-11 лет	12-18-11 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	7-11 лет	12-18 лет		
Вариант 5																
Обед																
70/71/2017м	овощи по сезону (огурец свежий; соленый)	11	60	100	0,48	0,8	0,06	0,08	1,02	1,36	6	10	2,1	3,5		
82/2017м	борщ с капустой и картофелем со сметаной	17	200/10	250/10	1,9	2,4	6,2	7,8	10,5	13,1	105,2	131,5	0,70	0,87		
255/2017м	печень по строгоневски	20	100	100	13,20	13,20	11,20	11,20	3,32	3,32	185,00	185,00	7,64	7,64		
203/2017м	макаронь отварные с маслом	15	150,0	180,0	5,72	6,87	6,07	7,28	31,98	38,37	205,50	246,60	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	3,08	3,08	0,96	0,96	21,36	21,36	106,40	106,40	0,00	0,00		
342/2011м	компот из свежих плодов	8	200	200	0,1	0,1	0,2	0,2	27,5	27,5	117,7	117,7	0,0	0,0		
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	114,9-134,05	705-822,5	816-952	11,34	12,91		