

МКОУ Курмышевская СШ №2

26.09.2023г.

Согласовано:

директор

В.В. Горбачева



Утверждено

Директор ООО "Бизнес Консалтинг"

/Кортоножко Е.Ю.



10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

№ п/п	Наименование блюда	Цена руб.		вес блюда		Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность		
		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	7-11 лет	12-18 лет	
<b>Неделя 2/ день 7</b>											
1	капуста квашеная с растительным маслом	60	100	1,02	1,70	3,00	5,00	5,07	8,45	51,42	85,70
2	котлета куриная из п/ф высокой степени готовности	100	100	14,00	14,00	12,90	12,90	14,89	14,89	231,66	231,66
3	каша гречневая рассыпчатая	150	180	8,3	9,96	6,3	7,56	36	43,2	233,7	280,44
4	хлеб ржано-пшеничный	30	30	1,68	1,68	0,33	0,33	14,82	14,82	68,97	68,97
5	чай с сахаром и лимоном	200	200	0,3	0,3	0	0	10,58	10,58	43,52	43,52
6	<b>Итого</b>	<b>560</b>	<b>630</b>	<b>25,30</b>	<b>27,64</b>	<b>22,53</b>	<b>25,79</b>	<b>81,36</b>	<b>91,94</b>	<b>629,27</b>	<b>710,29</b>
7	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

Завтрак