

Согласовано:
Директор

Ирина Владимировна Сидорова
Григорьев Е.А.

11.09.23



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

| № рец. по сбор. | Наименование блюд | цена руб | вес блюда | | Пищевые вещества/г/ | | | | | | Энергет. ценность ккал | |
|------------------|--|--------------|------------|------------|---------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|------------------------|---------------|
| | | | 7-11 лет | 12-18 лет | Б | | Ж | | У | | 7-11 лет | 12-18 лет |
| 1 | 2 | | | | 7-11 лет | 12-18 лет | 7-11 лет | 12-18 лет | 7-11 лет | 12-18 лет | 7-11 лет | 12-18 лет |
| Неделя 1/ день 1 | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | |
| 182/2017м | каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом | 31 | 200 | 250 | 7,10 | 8,88 | 11,66 | 14,57 | 40,25 | 50,24 | 295,45 | 369,32 |
| 399/2017м | блинчики (оладьи) с молоком сгущенным | 20 | 70 | 70 | 5,08 | 5,08 | 2,98 | 2,98 | 18,85 | 18,85 | 122,54 | 122,54 |
| 701/2010м | хлеб пшеничный | 5,25 | 30 | 40 | 2,37 | 3,16 | 0,33 | 0,44 | 14,49 | 19,32 | 70,14 | 93,52 |
| 338/2017м | фрукт свежий (яблоко) | 16 | 100 | 100 | 0,40 | 0,40 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 9,80 | 47,00 | 47,00 |
| 54-2гн/2022н | чай с сахаром | 10 | 200 | 200 | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 10,38 | 10,38 | 42,38 | 42,38 |
| | Итого | 82,25 | 600 | 660 | 15,15 | 17,72 | 15,37 | 18,39 | 93,77 | 108,59 | 577,51 | 674,76 |
| | 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 |