



16.10.2023

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет

Неделя 2/ день 6

Завтрак

181/2017м	каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом	200	5,55	9,74	38,50	264,55
209/2017м	яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,37	0,33	14,49	70,14
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
54-2гн/2022н	чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,38
	Итого	570	13,60	15,07	73,45	487,07
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5