



Согласовано:
 Директор ИИОФ Вержина Анна Викторовна
 Филиатов Н.А.



26.10.23

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 4												
Завтрак												
52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	15	60	100	0,84	1,4	3,6	6,01	4,96	8,26	55,68	92,8
229/2017м	рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	35	90	100	10,70	11,89	7,40	8,90	6,30	7,50	134,60	157,66
125/2017м	картофель отварной с маслом	17	150	180	3,03	3,6	5,94	7,12	21,98	26,18	153,5	183,32
701/2010м	хлеб пшеничный	5,25	50	50	3,95	3,95	0,55	0,55	24,15	24,15	116,90	116,90
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	550	630	18,72	21,04	17,49	22,58	67,77	76,47	503,06	593,06
	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