

Согласовано:

Директор И.И. Верещагинская С.И.

Рыжиков Н.В.



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												
Неделя 2/ день 7													
Завтрак													
47/20017м	калуста квашеная	16	60	100	1,02	1,71	3,00	5,01	5,07	8,46	51,4	85,7	
54-25м/2022н	птица тушеная в сметанном соусе соусе с морковью	35	90	100	10,60	11,78	9,11	10,12	4,93	5,47	144,11	160,08	
203/2017м	макароны отварные с маслом	15	150	180	5,40	6,48	4,90	5,88	32,80	39,35	196,80	236,16	
54-3н/2022н	чай с сахаром и лимоном	11	200	200	0,3	0,3	0	0	10,58	10,58	43,52	43,52	
701/2010м	хлеб пшеничный	5,25	30	40	2,37	3,16	0,33	0,44	14,49	19,32	70,14	93,52	
	Итого	82,25	530	620	19,69	23,43	17,34	21,45	67,87	83,18	505,99	618,98	
	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	