



Согласовано:
 Директор *И.И.И. Арсланов* *И.И.И. С.С.И.*
И.И.И. И.И.И.

20.12.23

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



Утверждено
 Директор *Кортонжко Е.Ю.*
 №1

| № 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 | | |

Неделя 1/ день 3

Завтрак

| | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|-------|-------|-------|------------|---------|------------|-------|----------|------------|-----------|---------|
| 101/2004л | икра кабачковая консервированная | 16 | 60 | 100 | 0,976 | 1,626 | 0,96 | 1,6 | 6,16 | 10,262 | 62,4 | 104 |
| ТТК 77/6/2023 | котлеты мясосоусные п/ф высокой степени готовности | 34 | 100 | 100 | 9,3 | 9,3 | 6,1 | 6,1 | 5,9 | 5,9 | 116 | 116 |
| 171/2017м | каша рассыпчатая гречневая | 15 | 150 | 180 | 8,29 | 9,95 | 8,95 | 10,74 | 37,37 | 44,84 | 262,5 | 315 |
| 701/2010м | хлеб пшеничный | 5,25 | 30 | 40 | 2,37 | 3,16 | 0,33 | 0,44 | 14,49 | 19,32 | 70,14 | 93,52 |
| 382/2017м | какао с молоком | 12 | 200 | 200 | 4,08 | 4,08 | 3,54 | 3,54 | 17,58 | 17,58 | 118,6 | 118,6 |
| | Итого | 82,25 | 540,0 | 620,0 | 25,0 | 28,1 | 19,9 | 22,4 | 81,5 | 97,9 | 629,6 | 747,1 |
| | 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 |