



28.12.2023



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	ккал

Неделя 1/ день 4

Завтрак

52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	60	0,84	3,6	4,96	55,68
229/2017м	рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	90	10,70	7,40	6,30	134,60
125/2017м	картофель отварной с маслом	150	3,03	5,94	21,98	153,5
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,95	0,55	24,15	116,90
54-2гн/2022н	чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,38
	Итого	550	18,72	17,49	67,77	503,06
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5