МКОУ Слащевская СШ

Согласовано
директор /Сивоголов С.В/ 16.02.2024

Утверждено
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
/Кортоножко Е.Ю.

**10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет**

| № рец. по сбор. | Наименование блюд | вес блюда | | Пищевые вещества/г/ | | | | | | Энергет. ценность | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Б | | Ж | | У | | ккал | |
| 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 | 7-11 лет | 12-18 лет |
| | **Неделя 2/ день 10** | | | | | | | | | | |
| | **Завтрак** | | | | | | | | | | |
| 47\2017 | капуста квашеная с растительным маслом | 60 | 100 | 1,02 | 1,70 | 3,00 | 5,00 | 5,07 | 8,45 | 51,42 | 85,70 |
| ТТК 77\1\2023 | котлеты рыбные из п/ф высокой степени готовности | 100 | 100 | 12,30 | 12,30 | 4,70 | 4,70 | 6,90 | 6,90 | 119,10 | 119,10 |
| 125\2017м | картофель отварной | 150 | 180 | 2,97 | 3,56 | 7,95 | 9,54 | 20,89 | 25,06 | 175,5 | 210,6 |
| 54-3гн\2022н | чай с сахаром и лимоном | 200 | 200 | 0,3 | 0,3 | 0 | 0 | 10,58 | 10,58 | 43,52 | 43,52 |
| 702\2010 м | хлеб ржано-пшеничный | 30 | 50 | 2,34 | 3,90 | 0,30 | 0,50 | 14,46 | 24,10 | 70,08 | 116,80 |
| | **Итого** | **540** | **630** | **18,93** | **21,76** | **15,95** | **19,74** | **57,90** | **75,09** | **459,62** | **575,72** |
| | 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 |
| | | | | | | | | | | | |
| | **Всего за 10 дней** | 5 490,00 | 6 270,00 | 157,23 | 184,05 | 157,18 | 184,48 | 727,72 | 869,91 | 4 944,84 | 5 862,65 |
| | **Средний суточный рацион** | 549 | 627 | **15,72** | **18,41** | **15,72** | **18,45** | **72,77** | **86,99** | **494,48** | **586,27** |

| | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 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 |