

22.02.2024



Согласовано:  
директор

**В.В.ГОРБАЧЕВА**

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 |               |
|-------------------------|--|------------|------------|--------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------------|---------------|
|                         |  | 7-11 лет   | 12-18 лет  | 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     |
| <b>Неделя 1/ день 4</b> |  |            |            |                    |              |              |              |              |               |                   |               |
| <b>Завтрак</b>          |  |            |            |                    |              |              |              |              |               |                   |               |
| 52\2017                 | свекла отварная с растительным маслом  | 60         | 100        | 0,88               | 1,42         | 3,60         | 6,08         | 4,96         | 8,36          | 55,68             | 93,80         |
| 2\2022 54               | котлеты куриные с соусом красным 90/30 | 120        | 120        | 11,20              | 11,20        | 10,80        | 10,80        | 9,70         | 9,70          | 180,80            | 180,80        |
| 3сс\2022н               | макароньы отварные с маслом            | 150        | 180        | 5,4                | 6,48         | 4,90         | 5,88         | 32,80        | 39,56         | 196,80            | 236,16        |
| 203\2017                | компот из сухофруктов                  | 200        | 200        | 0,5                | 0,5          | 0            | 0            | 19,8         | 19,8          | 81,2              | 81,2          |
| 54-1хн\2022н            | хлеб пшеничный                         | 30         | 50         | 2,34               | 3,90         | 0,30         | 0,50         | 14,46        | 24,10         | 70,08             | 116,80        |
| 701\2010                | <b>Итого</b>                           | <b>560</b> | <b>650</b> | <b>20,32</b>       | <b>23,50</b> | <b>19,60</b> | <b>23,26</b> | <b>81,72</b> | <b>101,52</b> | <b>584,56</b>     | <b>708,76</b> |
|                         | 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       |