

Утверждаю:
 директор
 МКОУ «Быковская СШ № 3»
 Л.А. Афанасьева
 «03» 09 2024 г.

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	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	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 1/ день 2											
Завтрак											
47/2017м	квашеная капуста с маслом растительным	60	100	1,02	1,71	3,00	5,01	5,07	8,46	51,4	85,7
246/2017м	гуляш из отварного мяса птицы	100	100	12,02	12,02	11,79	11,79	3,27	3,27	167,27	167,27
203/2017м	макаронь отварные с маслом	150	180	5,40	6,48	4,90	5,88	32,80	39,35	196,80	236,16
701/2010м	хлеб пшеничный йодированный	30	40	2,10	3,16	0,30	0,40	14,49	19,32	70,14	93,52
54-4гн/2022н	чай с молоком	200	200	1,6	1,6	1,1	1,1	12,58	12,58	66,62	66,62
	Итого	540	620	22,14	24,97	21,09	24,18	68,21	82,98	552,25	649,27
	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