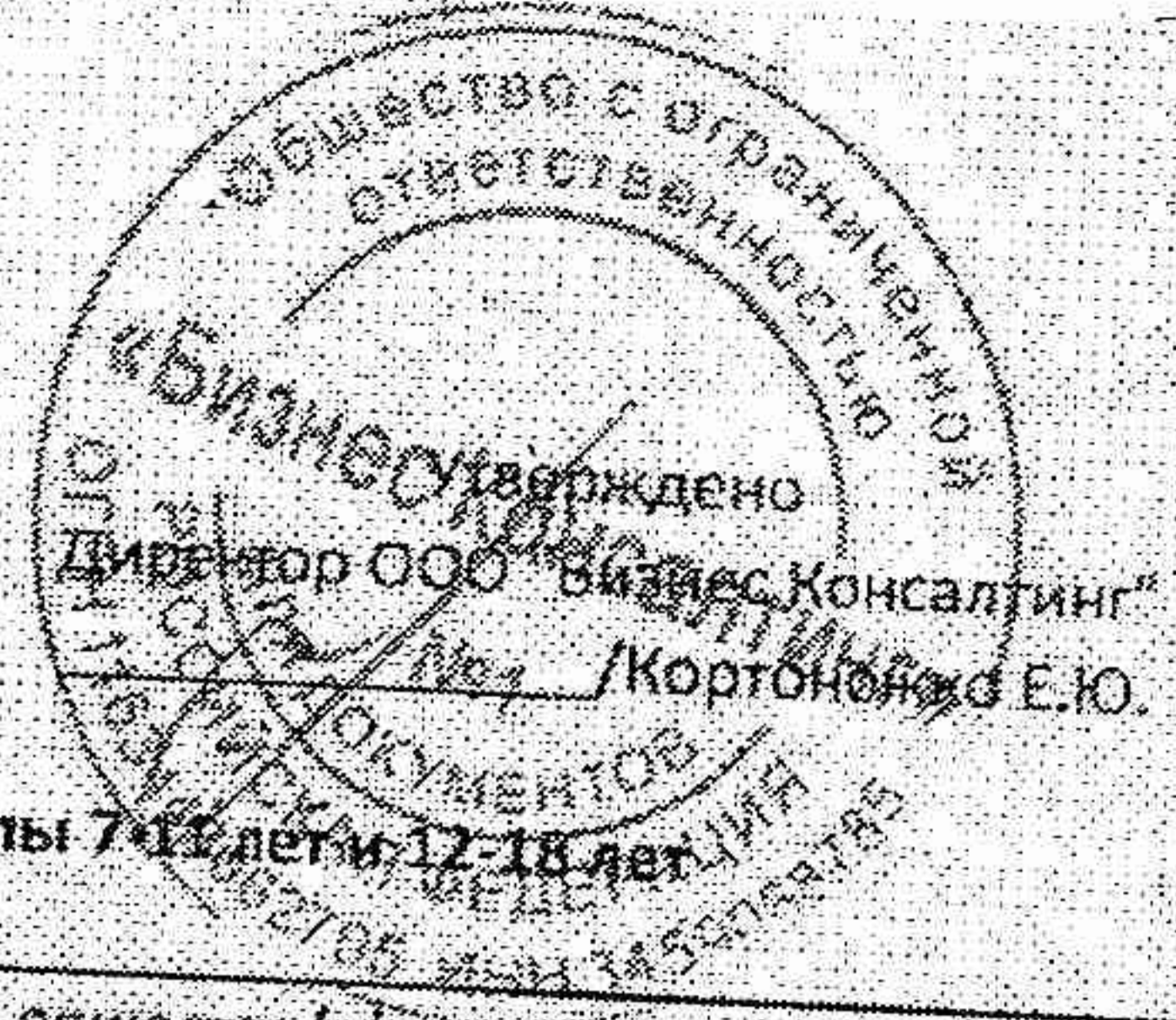




М. Ю. Юсупов

16.12.2024



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			
				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 1													
47\2017	капуста квашеная с растительным маслом			Завтрак									
77-10\2023	зразы с сыром	60	100	1,02	1,70	3,00	5,00	5,07	8,45	51,42	85,70		
171\2017м	каша пшеничная с маслом	100	100	8,60	8,60	9,60	9,60	9,30	9,30	158,00	158,00		
701\2010	хлеб пшеничный	150	180	5,93	7,16	4,03	4,84	35,91	42,98	203,46	244,12		
54-3гн\2022н	чай с сахаром и лимоном	30	50	2,34	3,90	0,30	0,50	14,46	24,10	70,08	116,80		
	Итого	200	200	0,3	0,3	0	0	10,58	10,58	43,52	43,52		
		540	630	18,19	21,66	16,93	19,94	75,32	95,41	526,48	648,14		
<div style="border: 1px solid black; padding: 2px;"> Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5% </div>		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		