



28.11.2024

Утверждаю:
директор МКОУ Круговской ОШ
А.В. Бубнов

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым 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		7-11 лет	12-18 лет
1	2								

Завтрак

70/71/2017м	овощи по сезону натуральные в нарезке (огурец)	60	100	0,48	0,06	0,1	1,02	1,7	6	10
77-6/2022	котлеты мясные из п./ф.	100	100	9,93	12,66	12,66	5,76	5,76	176,70	176,70
171/2017м	каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	180	8,30	6,30	7,56	36,00	43,20	233,70	280,44
54-3тн/2022н	чай с сахаром и лимоном	200	200	0,3	0	0	10,58	10,58	43,52	43,52
701/2010м	хлеб пшеничный	50	50	3,85	1,20	0,5	26,70	24,15	133,00	116,90
	Итого завтрак	560	630	22,86	20,22	20,82	80,06	85,39	592,92	627,56
	Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%	500	550	15,4-19,25	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680