



18-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

по сбор.	Наименование блюда	вес блюда						Пищевые вещества (г)						Энергет. ценность			
		7-11 лет			12-18 лет			Б			Ж			У			
		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	7-11 лет	12-18 лет	ккал	7-11 лет	12-18 лет	
Неделя 1/ день 1																	
Завтрак																	
47\2017	капуста квашеная с растительным маслом	60	100	102	170	300	500	507	845	51,42	85,70	51,42	85,70	51,42	85,70	51,42	85,70
77-10\2023	хрусты с сырэм	100	100	860	860	960	960	930	930	158,00	158,00	158,00	158,00	158,00	158,00	158,00	158,00
171\2017м	каша пшеничная с маслом	150	180	593	716	403	484	3591	4298	203,46	244,12	203,46	244,12	203,46	244,12	203,46	244,12
701\2010	хлеб пшеничный	30	50	234	390	0,30	0,50	14,46	24,10	70,08	116,80	70,08	116,80	70,08	116,80	70,08	116,80
54-3тп\2022н	чай с сахаром и лимонном	200	200	0,3	0,3	0	0	10,58	10,58	43,52	43,52	43,52	43,52	43,52	43,52	43,52	43,52
	Итого	540	630	1819	2166	1693	1994	7532	9541	526,48	648,14	526,48	648,14	526,48	648,14	526,48	648,14
Нормы 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	470-587,5	544-680	470-587,5	544-680	470-587,5	544-680