



МКОУ «Средняя общеобразовательная школа № 1»
г. Бурзгалин, с. А.
30.01.2025

30.01.2025

10-ти дневное меню для обеспечения питания обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

№ по списку	Наименование блюд	вес блюда			Пищевые вещества/г			Энергет. ценность ккал		
		7-11 лет	12-18 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	12-18 лет

Неделя 2 / день 9

№ по списку	Наименование блюд	вес блюда			Пищевые вещества/г			Энергет. ценность ккал		
		7-11 лет	12-18 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	12-18 лет

182\2017	каша молочная овсяная жидкая с маслом и сахаром	200	250	10,50	15,50	19,37	58,00	358,70	448,37	
2\2004	бутерброд с повидлом	30\20	30\20	3,3	0,20	0,20	27,20	123,80	123,80	
338\2017	фрукт свежий (яблоко)	150	150	0,60	0,60	0,60	14,30	68,40	68,40	
54-2\1\2022ч	чай с сахаром	200	200	0,2	0	0	10,38	42,38	42,38	
	Итого	600	650	12,5	16,3	20,17	109,88	593,28	682,95	

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	
-----	-----	------------	---------	------------	-------	----------	------------	-----------	---------	--

Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%