



04.02.2025

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

№ п/п	Наименование блюда	Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность ккал	
		вес блюда		Б		Ж			У
		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет		
1	по сбор.								
2	№ п/п								

Неделя 1/ день 2

		Завтрак										
54-16к\2022н	каша молочная "Дружба" вязкая из риса и пшена	200	250	7,84	9,80	9,22	11,52	39,51	49,38	27,00	340,00	
2\2004	бутерброд с повидлом	30/20	30/20	3,3	3,3	0,20	0,20	27,20	27,20	123,80	123,80	
338\2017	фрукт свежий (яблоко)	150	150	0,60	0,60	0,60	0,60	14,30	14,30	68,40	68,40	
54-2н\2022н	чай с сахаром	200	200	0,2	0,2	0	0	10,38	10,38	42,38	42,38	
	Итого	600	650	11,94	13,90	10,02	12,32	91,39	101,26	506,58	574,58	
	Норма завтрака по СанПин	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	