



Составлено:
Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
Директор ООО «Бизнес Консалтинг»

09.09.2025

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

№ п/п	Наименование блюд	вес блюда				Пищевые вещества/г						Энергет. ценность			
		7-11 лет		12-18 лет		Б	Ж		У	7-11 лет	12-18 лет	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							
1	Неделя 2/ день 8														
71\70\2017м	овощи по сезону в нарезке (помидор)	60	100	0,66	1,1	0,6	1	0,6	1	2,28	3,8	13,2	22		
ТТН 77\5\2023	тефтели "Оригинальные" из п/ф с томатным соусом	100/30	100/30	11,30	11,30	13,30	13,30	14,10	14,10	203,30	203,30	203,30	203,30		
203\2017	макаронны отварные с маслом	150	180	5,4	6,48	4,90	5,88	32,80	39,56	196,80	236,16	236,16	236,16		
702\2010 м	хлеб ржано-пшеничный	30	50	2,34	3,90	0,30	0,50	14,46	24,10	70,08	116,80	116,80	116,80		
54-1м\2022н	компот из сухофруктов	200	200	0,5	0,5	0	0	19,8	19,8	81,2	81,2	81,2	81,2		
	Итого	570	660	20,20	23,28	19,10	20,68	83,44	101,36	564,58	659,46	659,46	659,46		
Норма завтрака по СанПиН 2196-25% ± 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	544-680	544-680		