



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

22.04.2025

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

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
2\2004	бутерброд с повидлом	30/20	30/20	3,3	3,3	0,20	0,20	27,20	27,20
338\2017	фрукт свежий (яблоко)	150	150	0,60	0,60	0,60	0,60	14,30	14,30
54-2гн\2022н	чай с сахаром	200	200	0,2	0,2	0	0	10,38	10,38
	Итого	600	650	11,94	13,90	10,02	12,32	91,39	101,26
	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