



19.05.2025

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

№ п/п	Наименование блюд	вс. блюда		Пищевые вещества/г						Энергет. ценность	
		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	12-18 лет

Нереля 2/ день 6

Завтрак

18.11.2017	каша манная молочная жидкая с сахаром и маслом	200	250	5.8	7.25	10.2	12.75	30.8	38.5	238.2	297.75
11.2004	булгур с маслом	40/10	40/10	2.36	2.36	7.49	7.49	14.89	14.89	136.41	136.41
5.4-27.11.2022н	чай с сахаром	200	200	0.2	0.2	0	0	10.38	10.38	42.38	42.38
п.т	печенье	50	50	3.90	3.90	0.50	0.50	24.10	24.10	116.80	116.80
	итого	500	550	12.3	13.7	18.2	20.7	80.2	87.9	533.8	593.3
	Норма завтрака по СанПиН 20%-25% ± 5%	500	550	15.4-18.25	18-22.5	15.8-19.75	18-23	67-83.75	76.8-95.75	470-587.5	544-680