



Сделано: 21.05.2025

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	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
1	2						

Неделя 2/ день 8

№ п/п	Наименование блюд	вес блюда		Пищевые вещества/г		Энергет. ценность	
		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
71\70\2017м	овощи по сезону в нарезке (помидор)	60	100	1,1	0,6	1,1	0,6
71\70\2017м	тефтели "Оригинальные" из п/ф стаматным соусом	100/30	100/30	11,30	13,30	13,30	14,10
70\2017	макаронные отварные с маслом	150	180	5,4	6,48	5,88	32,80
70\2017м	хлеб ржано-пшеничный	30	50	2,34	3,90	0,50	14,46
54-1х\2022г	компот из сухофруктов	200	200	0,5	0,5	0	19,8
	Итого	570	660	20,20	23,28	19,10	83,44
						101,36	564,58
							659,46

Норма завтрака по СанПин 20% 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
---------------------------------------	-----	-----	------------	---------	------------	-------	----------	------------	-----------	---------