



10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

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

неделя 2/ день 6

завтрак

174/2017М	каша вязкая молочная рисовая	150	7,09	7,4	30,1	215,36	32
3/2017М	бутерброд с маслом и сыром (30/5/15)	50	5,8	8,3	14,83	157	20
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47	20
389/2017м	сок фруктовый	180	1	0	18	76,32	20
701/2010м	хлеб пшеничный	20	1,54	0,48	10,68	53,2	4,1
	Итого	500	15,83	16,58	83,41	548,88	96,10
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	

11.03.2024 г.



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

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

неделя 2/ день 6

завтрак

174/2017М	каша вязкая молочная рисовая	180	8,5	8,88	36,11	258,36	32
3/2017М	бутерброд с маслом и сыром (30/5/15)	50	5,8	8,3	14,83	157	20
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47	20
389/2017м	сок фруктовый	180	1	0	18	76,32	20
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,8	4,1
	<b>Итого</b>	<b>540</b>	<b>18,01</b>	<b>18,3</b>	<b>94,76</b>	<b>618,48</b>	<b>96,10</b>
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	

11.03.2024 г.