



Согласовано  
директор *И.В. Москвин*



Утверждено  
Директор ООО "Питание"  
Московкин С.С.

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

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

неделя 1/ день 5

завтрак

|                |                                                             |     |            |            |          |           |       |
|----------------|-------------------------------------------------------------|-----|------------|------------|----------|-----------|-------|
| 77-3/331/2017м | котлеты домашние из п.ф с соусом сметанным с томатом 100/20 | 120 | 9,372      | 14,736     | 12,744   | 216       | 40    |
| 203/2017м      | макароны отварные с маслом                                  | 150 | 5,4        | 4,9        | 32,8     | 196,8     | 16    |
| 338/2017м      | фрукт свежий (яблоко)                                       | 100 | 0,4        | 0,4        | 9,8      | 47        | 20    |
| 701/2010м      | хлеб пшеничный                                              | 30  | 2,31       | 0,72       | 16,02    | 79,8      | 5,1   |
| 382/2017м      | какао с молоком                                             | 200 | 4,08       | 3,54       | 17,58    | 118,6     | 15    |
|                | Итого                                                       | 600 | 21,562     | 24,296     | 88,944   | 658,2     | 96,10 |
|                | Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%                      | 500 | 15,4-19,25 | 15,8-19,75 | 67-83,75 | 470-587,5 |       |



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

| № рец.<br>по сбор. | Наименование блюд | вес блюда<br>12-18 лет | Пищевые вещества/г/ |   |   |  | Энергет. ценность<br>ккал<br>12-18 лет | Цена руб |
|--------------------|-------------------|------------------------|---------------------|---|---|--|----------------------------------------|----------|
|                    |                   |                        | Б                   | Ж | У |  |                                        |          |

неделя 1/ день 5

завтрак

|                |                                                             |     |         |        |            |         |       |
|----------------|-------------------------------------------------------------|-----|---------|--------|------------|---------|-------|
| 77-3/331/2017м | котлеты домашние из п.ф с соусом сметанным с томатом 100/20 | 120 | 9,372   | 14,736 | 12,744     | 216     | 40    |
| 203/2017м      | макароны отварные с маслом                                  | 180 | 6,48    | 5,88   | 39,35      | 236,16  | 16    |
| 338/2017м      | фрукт свежий (яблоко)                                       | 100 | 0,4     | 0,4    | 9,8        | 47      | 20    |
| 701/2010м      | хлеб пшеничный                                              | 40  | 3,08    | 0,96   | 21,36      | 106,4   | 5,1   |
| 382/2017м      | какао с молоком                                             | 200 | 4,08    | 3,54   | 17,58      | 118,6   | 15    |
|                | Итого                                                       | 640 | 23,412  | 25,516 | 100,834    | 724,16  | 96,10 |
|                | Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%                      | 550 | 18-22,5 | 18-23  | 76,6-95,75 | 544-680 |       |

06.09.2024 г.



Согласовано  
директор

*М.А. Мельникова*



Утверждено

Директор ООО "Питание"

*Московкин С.С.*

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

| № рец.<br>по сбор. | Наименование блюд                                           | вес блюда<br>7-11 лет | Пищевые вещества/г/ |               |               | Энергет. ценность<br>ккал<br>7-11 лет | Витамины (мг)<br>с<br>7-11 лет | Цена руб |
|--------------------|-------------------------------------------------------------|-----------------------|---------------------|---------------|---------------|---------------------------------------|--------------------------------|----------|
|                    |                                                             |                       | Б<br>7-11 лет       | Ж<br>7-11 лет | У<br>7-11 лет |                                       |                                |          |
| 1                  | 2                                                           | 7-11 лет              | 7-11 лет            | 7-11 лет      | 7-11 лет      | 7-11 лет                              | 7-11 лет                       |          |
| неделя 1/ день 5   |                                                             |                       |                     |               |               |                                       |                                |          |
| завтрак            |                                                             |                       |                     |               |               |                                       |                                |          |
| 77-3/331/2017м     | котлеты домашние из п.ф с соусом сметанным с томатом 100/20 | 120                   | 9,372               | 14,736        | 12,744        | 216                                   | 0,828                          | 40       |
| 203/2017м          | макароны отварные с маслом                                  | 150                   | 5,4                 | 4,9           | 32,8          | 196,8                                 | 0,00                           | 16       |
| 338/2017м          | фрукт свежий (яблоко)                                       | 100                   | 0,4                 | 0,4           | 9,8           | 47                                    | 10,00                          | 20       |
| 701/2010м          | хлеб пшеничный                                              | 30                    | 2,31                | 0,72          | 16,02         | 79,8                                  | 0,00                           | 5,1      |
| 382/2017м          | какао с молоком                                             | 200                   | 4,08                | 3,54          | 17,58         | 118,6                                 | 0,3                            | 15       |
|                    | Итого                                                       | 600,0                 | 21,6                | 24,3          | 88,9          | 658,2                                 | 11,1                           | 96,10    |
|                    | Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%                      | 500                   | 15,4-19,25          | 15,8-19,75    | 67-83,75      | 470-587,5                             |                                |          |
| 2й-завтрак         |                                                             |                       |                     |               |               |                                       |                                |          |
| п/т.               | вафли                                                       | 30                    | 0,80                | 1,00          | 23,20         | 106,20                                | 0                              | 5        |
| 389/2017м          | сок фруктовый                                               | 200                   | 1,00                | 0,00          | 20,00         | 84,80                                 | 85,3                           | 12       |
|                    |                                                             | 230                   | 1,8                 | 1             | 43,2          | 191                                   | 85,3                           | 17,00    |

06.09.2024 г.