



Согласовано
директор *И.В. Москокин*



Утверждено
Директор ООО "Питание"
Московкин С.С.

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал 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 обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

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

18.10.2024 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. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал 7-11 лет	Витамины (мг) с 7-11 лет	Цена руб
			Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 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

18.10.2024 г.