

Согласовано
директор 
от 08.10.2024 г.

Утверждено
Директор ООО "Питание"
Московкин С.С.
от 08.10.2024 г.

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		Цена руб
			Б	Ж	У	ккал	7-11 лет	
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет		

неделя 2/ день 10

завтрак								
70/71/2017м	овощи по сезону в нарезке (помидор)	60	0,66	0,12	2,16	13,2		15
229/2017м	рыба тушеная с овощами	90	12,7	8,9	6,3	156,1		37
125/2017м	картофель отварной с маслом	150	2,97	7,95	20,89	175,5		20
п.т	вафли	30	0,8	1	23,2	106,2		5
379/2017м	кофейный напиток с молоком	200	3,166	2,678	15,95	100,6		15
701/2010м	хлеб пшеничный	20	1,54	0,48	10,68	53,2		4,1
	Итого	550	21,836	21,128	79,18	604,8		96,10

25.10.2024 г.



Согласовано
директор В.В. Москальчик
09.10.24



Утверждено
Директор ООО "Питание"
Московкин С.С.
09.10.24

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		
1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	

неделя 2/ день 10

завтрак

70/71/2017м	овощи по сезону в нарезке (помидор)	100	1,1	0,2	2,8	22	15
229/2017м	рыба тушеная с овощами	100	14,11	9,88	7,5	175,36	37
125/2017м	картофель отварной с маслом	180	3,56	9,54	25,06	210,6	20
п.т	вафли	30	0,8	1	23,2	106,2	5
379/2017м	кофейный напиток с молоком	200	3,166	2,678	15,94	100,6	15
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,8	4,1
	Итого	640	25,046	24,018	90,52	694,56	96,10

25.10.2024 г.

Согласовано:
директор _____

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	Ж	У			
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	

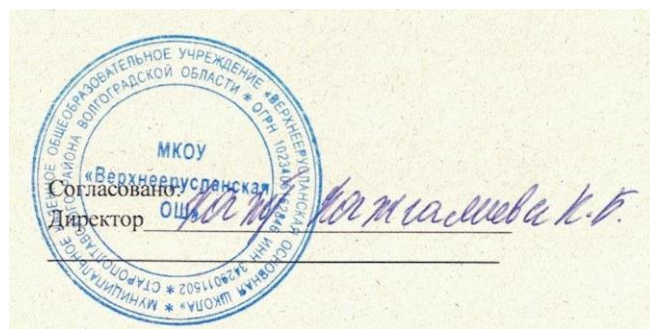
неделя 2/ день 10

завтрак

70/71/2017м	овощи по сезону (помидор свежий; соленый)	60	0,66	0,12	2,16	13,2	8,75	15
229/2017м	рыба тушеная с овощами	90	12,7	8,9	6,3	156,1	0,92	37
125/2017м	картофель отварной с маслом	150	2,97	7,95	20,89	175,5	10,9	20
п.т	вафли	30	0,8	1	23,2	106,2	0,00	5
379/2017м	кофейный напиток с молоком	200	3,166	2,678	15,95	100,6	1,3	15
701/2010м	хлеб пшеничный	20	1,54	0,48	10,68	53,2	0,00	4,1
	Итого	550	21,836	21,128	79,18	604,8	21,87	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.	печенье топленое молоко	28	2,20	3,00	20,40	115,40	0	5
389/2017м	сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,00	84,80	85,3	12
		228	3,2	3	40,4	200,2	85,3	17,00



25.10.2024 г.