



10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 и 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	цена рубли	вес блока		Б		Ж		У		Энергет. ценность	
			7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	ккал	12-18 лет
1	2	3	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет

Неделя 1/ день2

Завтрак

70/71/2017м	овощи по сезону в нарезке (помидор)	20	60	100	0,66	1,1	0,12	0,2	2,16	2,8	13,2	22
259/2017м	жаркое по домашнему	50	200	250	17,8	22,25	18,9	23,63	19,2	24	318,1	413,27
701/2010м	хлеб пшеничный	4,25	40	50	2,37	3,95	0,3	0,5	14,49	24,15	70,14	116,9
54-45хн/2022н	чай каркаде	8	200	200	0,16	0,16	0,08	0,08	7,18	7,18	30,08	30,08
	Итого	82,25	500	600	20,99	27,46	19,40	24,41	43,03	58,13	431,52	582,25
	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