



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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	цена рубли	вес блюда		Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность			
			3	7-11 лет	12-18 лет	Б		Ж		У		7-11 лет	12-18 лет	ккал
						7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	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	7-11 лет	12-18 лет
Неделя 1/ день3														
181/2017м	каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом	30	200	250	8,55	10,68	9,74	12,82	38,50	48,13	275,86	350,62		
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	20	100	100	0,40	0,40	0,40	0,70	9,80	9,80	47,00	47,00		
3/2017м	бутерброд с сыром	22,25	60	60	6,47	6,47	10,06	10,06	18,61	18,61	190,86	190,86		
54-3гн/2022н	Чай с лимоном и сахаром	10	200	200	0,3	0,3	0	0	10,58	10,58	43,52	43,52		
	Итого	82,25	560,0	610,0	15,7	17,9	20,2	23,6	77,5	87,1	557,2	632,0		
	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		

Завтрак