

18 сентября 2013г

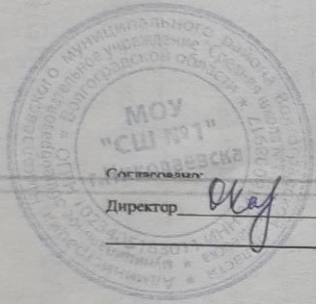
Согласовано:
Директор

Окаф
О.Ю. Карпеева



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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена рубли	вес блюда 7-11 лет	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность		Витамины (мг)	
					Б		Ж		У		ккал	ккал	с	с
					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
Вариант 1														
Завтрак														
101/2004л	икра кабачковая консервированная	13	60	100	0,976	1,626	0,96	1,6	6,16	10,26	62,4	104	0	0
271/331/2017м	котлеты домашние с соусом	40	100,0	100,0	7,81	7,81	12,28	12,28	10,62	10,62	180,00	180,00	0,00	0,00
331/2017	соус	5	20,0	20,0									0,00	0,00
203/2017м	макаронны отварные с маслом	15	150,0	180,0	5,73	6,87	6,07	7,28	31,98	38,37	205,50	246,60	0,00	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	5,01	30	30	2,31	2,31	0,72	0,72	16,02	16,02	79,80	79,80	0,3	0,3
376/2017м	чай с сахаром	10	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,30	0,30
	Итого	88,01	560	630,0	16,90	18,69	20,05	21,90	79,78	90,27	587,70	670,40	0,30	0,30
											470-587,5	544-680		
	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		



18 сентября 2023.

Составитель: Мед. О.И. Карпенко
 Директор: _____



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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена Рубли	вес блюда		Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность	Энергет. ценность	Витамины (мг)	Витамины (мг)
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Б	Ж	Ж	У	У	ккал	ккал	с	с
Вариант 1														
Обед														
7071/2017м	овощи по сезону (азурец свежий; соленый)	11	60	100	0,48	0,8	0,06	0,1	1,14	1,9	7,2	12	2,45	4,083
96/2017м	рассольник ленинградский	14	200	250	1,61	2,01	4,07	5,08	9,58	11,97	85,80	85,80	5,70	10,7,20
7017/2017м		7	50/150	00/100	10,89	20,27	9,86	11,83	34,09	40,90	302,66	363,19	4,50	5,40
702/2010м	хлеб пшениый	5,01	50	50	2,37	2,37	0,30	0,30	21,75	21,75	109,5	109,5	0,00	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	3	40	50	3,08	3,85	0,96	1,20	21,36	26,70	106,40	133,00	0,00	0,00
639/2017м	компот из сухофруктов	8	200	200	0,6	0,6	0	0	31,4	31,4	124	124	0,3	0,3
	Итого	88,07	750,0	800,0	28,03	30,00	18,81	18,00	110,77	134,70	822,5	822,5	12,45	21,10
Норма обеда по СанПиН 30%-35% ± 5%			700	800	23,1-26,95	27-31,5	23,7-26,95	27-32,2	100,5-117,25	14,9-134,05	705-822,5	816-952		

