



Согласовано:
Директор

Сидяков

14.11.2023г.



Утверждено:
Директор ООО Бизнес Консалтинг
Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
			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

Вариант 2

Завтрак

70/71/2017м	овощи в нарезке по сезону (помидор)	60	0,7	0,1	2,3	12,8
246/2017м	гуляш из отварного мяса говядина	100	11,90	14,40	7,89	208,76
203/2017м	макароны отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,36	0,30	14,97	70,14
54-2гн/2022н	чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32
	Итого	540	20,56	19,70	68,34	530,82
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5