



Согласовано: С.С.С.С.С.
Директор: М.А.Миронов
14.11.2025
М.А.Миронов



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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Стоимость рациона руб	вес блюда		Пищевые вещества/г				Энергет. ценность ккал	
			7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
1	2									

Неделя 2/ день 10

Завтрак

131/2017м	овощи консервированные (зеленый горошек)		60	100			0,10	0,16	3,50	5,80	22,10	36,83
77-5/332/2017м	тефтели из п.ф с соусом сметанным 100/20		120	120			14,3	14,3	3,44	3,44	185,02	185,02
203/2017м	макаронны отварные с маслом		150	180			4,90	5,88	32,80	39,35	196,80	236,16
54-1хл/2022п	компот из сухофруктов		200	200			0,5	0	19,8	19,8	81	81
701/2017м	хлеб пшеничный		40	40			3,15	0,40	19,33	19,33	93,52	93,52
	Итого	124,32	570	640			21,33	20,74	78,87	87,72	578,44	632,53
	Норма завтрака по СанПин 20%± 25% ± 5%		500	550			15,4-19,25	18-22,5	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680
	Всего за 10 дней		5 400,00	5 970,00			201,30	226,90	792,82	893,11	5 704,73	6 376,72
	Средний суточный рацион		540	597			20,13	22,69	79,28	89,31	570,47	637,67

Норма завтрака по СанПин 20%± 25% ± 5%

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
------------	---------	------------	-------	----------	------------	-----------	---------