



Согласовано:
Директор



«КОМБИНАТ
Директор 7,000 "Комбинат питания"
Н.А. Мулдашева

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		Питательные вещества/г				Энергет. ценность ккал	
		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	Ж	У	7-11 лет	12-18 лет
1	2										

Понедельник 2/ день 8

Завтрак

52/2017м	свекла отварная с растительным маслом			60	100	0,88	1,48	3,6	6,01	4,96	8,26	55,68	92,8
ТТК 77-2/2022н	котлеты куриные п./ф. высокой степени готовности, с соусом			120	120	16,43	16,43	10,50	10,50	17,28	17,28	236,02	236,02
332/2017м	картофель отварной в молоке			150	180	4,5	8,3	5,6	7,56	26,6	42	173,7	
127/2017м	каша рассыпчатая гречневая с маслом			30	40	2,36	3,15	0,30	0,40	14,97	19,33	70,14	269,24
701/2017м	хлеб пшеничный			200	200	0,50	0,50	0,00	0,00	19,80	19,80	81,00	93,52
54-1хв/2022н	Компот из сухофруктов			200	200		0,16		0,08		7,18		30,08
54-45ты/2022н	чай каркаде			560	640	24,67	29,52	20	24,55	83,61	94,05	616,54	721,66
	Итого					124,32							
	Норма завтрака по СанПин 20% ± 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