



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

№ рецеп. по сбор.	Наименование блюд	Стоимость, рацион руб	вес блюда		Пищевые вещества						Энергет. ценность	
			7-11 лет		12-18 лет		Б		Ж		У	
			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 / день 1

18.2/2017м	каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и медом		200	250	7,82	9,77	10,26	12,83	35,40	44,25	241,22	331,55
Итого			30	30	4,83	4,83	4,96	4,96	13,11	13,11	116,40	116,40
701/2010м	кондитерское изделие		30	40	2,36	3,15	0,30	0,40	14,97	19,33	70,14	93,52
338/2017м	хлеб пшеничный		100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00
54-7м/2022н	фрукт свежий (яблоко)		200	200	1,6	1,6	1,1	1,1	12,58	12,58	66,62	66,62
Итого		124,32	560	620	17,01	19,75	17,02	19,69	85,86	99,04	511,38	653,09
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