



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

№ реп. 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									

Порция 1/день

Завтрак

47/2017	капусты квашеная с растительным маслом		60	100	1,02	1,7	3	5	5,07	8,45	51,42	85,7
246/2017м	тушеное из отварного мяса говядины		100,00	100,00	11,90	11,90	14,40	14,40	7,89	7,89	208,76	208,76
203/2017м	макаронные отварные с маслом		150	180	5,40	6,48	4,90	5,88	32,80	39,35	196,80	236,16
701/2010м	хлеб пшеничный		30	40	2,36	3,15	0,30	0,40	14,97	19,33	70,14	93,82
54-2м/2022н	чай с сахаром		200	200	0,2	0,2	0	0	10,38	10,38	42,52	42,52
	Итого	124,32	540	620	20,88	23,43	22,60	25,68	71,11	85,40	569,44	666,46
	Норма завтрака по СанПин 20%-25% + 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	13,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680