



Согласовано:
Директор
05.09.2025



Утверждено:
Директор
05.09.2025
Н.А. Мундапова

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

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

Цель: 1/ день 5

Завтрак

77-9/2022м	пельмени со сметаной		200,00	200,00	16,80	16,80	18,60	18,60	35,30	35,30	375,80	375,80
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)		100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00
701/2010м	хлеб пшеничный		30	40	2,36	3,15	0,30	0,40	14,97	19,33	70,14	93,52
54-3гв/20/2п	чай с сахаром и лимон		200	200	0,3	0,3	0	0	10,58	10,58	43,52	43,52
	Итого	124,32	530,0	540,0	19,9	20,7	19,3	19,4	70,7	75,0	536,5	559,8
	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	270-387,5	344-680