



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

5-09.23

прием пищи	№ рел. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб. блюдо	вес блюда		Питательные вещества/г				Энергет. ценность ккал		
				7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
1	2											
неделя 2/ день 7												

завтрак

ТТК 77-6	полуфабрикатные на п/ф высокой степени готовности	34	100	100	8,3	8,3	9,1	9,1	8,9	8,9	150,7	150,7
331/2017м	соус сметанный с томатом	10	20	30	0,3	0,5	0,99	1,48	1,40	2,10	16,02	24,03
171/2017м	каша гречневая рассыпчатая	18	150	180	8,30	9,95	6,30	7,56	36,00	43,20	233,70	280,44
701/2010м	хлеб пшеничный	5,25	30	40	2,37	3,16	0,30	0,40	14,50	19,33	63,57	84,76
54-45гн/2022г	чай с сахаром каркаде	15	200	200	0,16	0,16	0,08	0,08	7,18	7,18	30,08	30,08
	Итого	82,25	500	550	19,47	22,02	16,77	18,62	67,98	80,71	494,07	570,01
	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

*Лобар. Зыкина*

