



№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена рубли	вес блока		Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность ккал		Витамины (мг)				
			12-18 лет		7-11 лет		Ж		Ж		12-18 лет		7-11 лет		с		
			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	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет
1	2																
15/2017м	сыр порциями	16	10	10	2,32	2,32	2,95	2,95	0	0	36	36	0,07	0,07			
14/2017м	масло порциями	10	10	10	0,8	0,8	7,25	7,25	0,13	0,13	66	66	0,04	0,04			
120/2017м	суп. молочный с макаронными изделиями	28	250	300	5,47	6,56	4,75	5,70	17,95	21,54	150,00	180,00	0,11	0,82			
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	15	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00	10,00	10,00			
701/2010м	хлеб пшеничный	5,01	50	50	3,85	3,85	1,20	1,20	26,70	26,70	133,00	133,00	0,00	0,00			
382/2017м	какао с молоком	14	200	200	4,08	4,08	3,54	3,54	17,58	17,58	118,6	118,6	0,3	0,3			
	Итого	88,01	620,0	670,0	16,9	18,0	20,1	21,0	77,2	75,8	550,6	580,6	10,5	11,2			
			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					

Вариант 9

Завтрак

Норма завтрака по СанПин 20% - 25% ± 5%



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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена Рубли		вес блюда		Пищевые вещества г/						Энергет. ценность ккал		Витамины (мг)			
		7-11 лет		12-18 лет		Б	Ж	У	Ж	У	У	У	У	У	У	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	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет		
1	2																
Обед																	
101/2001л	икра кабачковая консервированная	11	60	0,976	60	0,96	0,96	0,96	0,96	0,96	0,96	0,96	6,16	6,16	62,4	62,4	0
96/2017м	рассольник ленинградский	14	200,0	1,61	250,0	2,01	4,07	5,08	5,08	5,08	5,08	5,08	9,58	11,97	85,80	85,80	6,70
290/2017м	птица тушеная в сметанном соусе	30	100	12,12	100	12,12	11,52	11,52	11,52	11,52	11,52	12,93	12,93	164	164	1,37	1,37
171/2017м	каша рисовая рассыпчатая с маслом	17	150	3,54	180	4,25	7,29	8,75	8,75	8,75	8,75	36,83	44,2	226,87	226,87	0,00	0,00
702/2010м	хлеб ржаной	5,01	40	1,89	40	2,31	0,44	0,44	0,44	0,44	0,44	17,4	17,4	87,6	87,6	0,00	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	3	30	2,31	30	2,31	0,72	0,72	0,72	0,72	16,02	16,02	79,80	79,80	0,00	0,00	0,00
360/202	кисель из повидла	8	200,0	0,08	200,0	0,08	0,04	0,04	0,04	0,04	23,03	23,03	111,60	111,60	1,80	1,80	1,80
Итого		88,01	780,0	22,53	860,0	21,63	25,04	27,51	27,51	27,51	27,51	121,95	131,71	818,07	863,44	6,70	6,70
	Итого		700	23,1-26,95	800	27,31-5	31,7-26,95	27,32-2	27,32-2	27,32-2	27,32-2	100,5-117,23	114,0-134,05	705-822,5	816-952		

Вариант 9

Норма обеда по СанПиН 30%-35% ± 5%