



Согласовано  
Директор

*Ирина Николаевна Селиванова*  
*Ирина Николаевна Селиванова*



Утверждено

Директор ООО "Бизнес Консалтинг"  
/Кортоножко Е.Ю.

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена рубли	вес блюда 7-11 лет	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность	Энергет. ценность	Витамины (мг)	Витамины (мг)
					Б	Б	Ж	Ж	У	У	ккал	ккал	с	с
1	2		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

Вариант 2

Завтрак														
70/71/2017м	овощи по сезону (огурец свежий; соленый)	11	60	100	0,48	0,08	0,06	0,1	1,14	1,9	7,2	12	2,45	4,083
246/2017м	гуляш из отварной говядины	42	100	100	13,36	13,36	14,08	14,08	3,27	3,27	164,00	164,00	1,20	1,20
171/2017м	гречка рассыпчатая	18	150	180	8,85	10,62	9,55	11,46	39,86	47,83	280,00	335,99	0,00	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	5,01	30	30	2,31	2,31	0,72	0,72	16,02	16,02	79,80	79,80	0,00	0,00
377/2017м	чай с сахаром и лимоном	12	207	207	0,13	0,13	0,02	0,02	15,2	15,2	62	62	0,3	0,3
	<b>Итого</b>	<b>88,01</b>	<b>547,0</b>	<b>617,0</b>	<b>25,1</b>	<b>26,5</b>	<b>24,4</b>	<b>26,4</b>	<b>75,5</b>	<b>84,2</b>	<b>593,0</b>	<b>653,8</b>	<b>4,0</b>	<b>5,6</b>
	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		



19.11.2024



/Кортоножко Е.Ю.

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена Рубли	вес блюда	вес блюда	Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность ккал	Энергет. ценность ккал	Витамины (мг)	
					Б	Б	Ж	Ж	У	У			с	с
1	2		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

Вариант 2

Обед

101/2004л	Овощи консервированные(зеленый горошек)	11	60	100	1,35	2,25	0,18	0,30	7,92	13,20	38,52	64,20	0,63	1,05
88/2017м	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	15	200/10	250/10	1,84	2,3	5,04	6,3	8,24	10,3	87,2	109	1,20	1,50
295/332/2017М	Биточки, котлеты куриные с соусом сметанным с луком	28	100	100	10,18	10,18	11,33	11,33	7,07	7,07	147,85	147,85	1,5	1,5
332/2017м	соус сметанный с луком томатом	3	20	20										
203/2017м	макарони отварные с маслом	15	150,0	180,0	5,73	6,87	6,07	7,28	31,98	38,37	205,50	246,60	0,00	0,00
702/2010м	хлеб ржаноый	5,01	50	50	2,37	2,37	0,56	0,56	21,75	21,75	109,5	109,5	0,00	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	3	40	40	3,08	3,08	0,96	0,96	21,36	21,36	106,40	106,40	0,00	0,00
342/2011м	компот из свежих плодов	8	200	200	0,1	0,1	0,2	0,2	27,5	27,5	112,7	112,7	0,9	0,9
	<b>Итого</b>	<b>88,01</b>	<b>830,0</b>	<b>950,0</b>	<b>24,7</b>	<b>24,9</b>	<b>24,3</b>	<b>26,9</b>	<b>125,8</b>	<b>139,6</b>	<b>807,7</b>	<b>896,3</b>	<b>4,2</b>	<b>5,0</b>
	Норма обеда по СанПин 30%-35% = 5%		700	800	23,1-26,95	27-31,5	25,7-26,95	27-32,2	100,5-117,25	114,9-134,05	705-822,5	816-952		