



09.01.2025

Согласовано:
Директор

Ленинская СШ
Директор



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

Вариант 4

Завтрак

15/2017м	сыр порциями	16	10	10	2,32	2,32	2,95	2,95	0	0	36	36	0,07	0,07
279/331/2017м	тефтели говяжьи с рисом соусом	33	90	100	7,46	8,29	8,29	9,21	9,44	10,48	142,00	157,77	0,41	0,45
331/2017	соус	5	20,0	20,0										
171/2017м	каша ячневая рассыпчатый	15	150	180	4,64	5,56	7,79	9,34	32,91	39,49	220,00	263,40	0,00	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	5,01	30	50	2,31	3,85	0,72	1,20	16,02	26,70	79,80	133,00	0,00	0,00
378/2017м	чай с молоком	14	200	200	1,52	1,52	1,35	1,35	15,9	15,9	81	81	1,33	1,33
	Итого	88,01	500,0	560,0	18,25	21,54	21,10	24,05	74,27	92,57	558,80	671,17	1,81	1,85
	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		



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

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

Вариант 4

Обед

52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	11	60	100	0,84	1,4	3,6	6	4,96	8,26	55,68	92,8	3,99	6,65
112/2017м	суп картофельный с макаронными изделиями	15	200	250	2,2	2,75	2,2	2,75	16,1	20,12	94	117,5	0,76	0,95
289/2017м	рагу с курицей	46	200	240	7,35	9,18	12,17	15,21	13,44	16,13	237,71	333,80	11,70	14,04
702/2010м	хлеб ржаной	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
639/2017м	компот из сухофруктов	8	200	200	0,6	0,6	0	0	31,4	31,4	124	124	0,3	0,3
	Итого	88,01	750,0	880,0	16,44	19,38	19,49	25,48	109,01	119,02	727,29	884,00	16,75	21,94

Норма обеда по СанПин 30%- 35% = 5%	700	800	23,1-26,93	27-31,5	23,7-26,95	27-32,2	00,5-117,25	14,9-134,05	705-822,5	816-952
-------------------------------------	-----	-----	------------	---------	------------	---------	-------------	-------------	-----------	---------