



23.04.2025

Согласовано:
директор

Ирина Владимировна Сидорова



Утверждено
Директор ООО

Ирина Владимировна Сидорова

№ 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 7-11 лет	Б 12-18 лет	Ж 7-11 лет	Ж 12-18 лет	У 7-11 лет	У 12-18 лет	ккал 7-11 лет	ккал 12-18 лет	с 7-11 лет	с 12-18 лет	
1	2														
Вариант 8															

Завтрак															
№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена рубли	вес блюда 7-11 лет	вес блюда 12-18 лет	Б 7-11 лет	Б 12-18 лет	Ж 7-11 лет	Ж 12-18 лет	У 7-11 лет	У 12-18 лет	Энергет. ценность ккал 7-11 лет	Энергет. ценность ккал 12-18 лет	Витамины (мг) с 7-11 лет	Витамины (мг) с 12-18 лет	
52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	20	60	100	0,84	1,4	3,6	6	4,96	8,26	55,68	92,8	3,99	6,65	
255/2017м	печень по строгоновски	50	100	100	13,26	13,26	11,23	11,23	3,52	3,52	185,00	185,00	7,64	7,64	
171/2017м	гречка рассыпчатая	19	150	180	8,85	10,62	9,55	11,46	39,86	47,83	280,00	335,99	0,00	0,00	
701/2017м	хлеб пшеничный	5,2	30	30	2,31	2,31	0,72	0,72	16,02	16,02	79,80	79,80	0,00	0,00	
376/2017м	чай с сахаром	10	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3	
	Итого	104,2	540	610	25,33	27,66	25,12	29,43	79,36	90,63	660,48	753,59	11,93	14,59	
	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			

23.04.2025



Согласовано
директор

С.С. Москвитин



Утверждено
Директор ООО "Питание"
/Московкин С.С.

Примерное 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (Обед) обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12 лет и старше

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена Рубли	вес блюда		Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность ккал	Энергет. ценность ккал	Витамины (мг)	
			7-11 лет	12-18-11 лет	Б	Б	Ж	Ж	У	У			с	с
1	2		7-11 лет	12-18-11 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 8														
обед														
70/71/2017м	овощи свежие (помидор свежий; соленый)	20	60	100	0,66	1,1	0,12	0,2	2,16	3,6	13,2	22	8,75	14,58
112/2017м	суп картофельный с макаронными изделиями	16	200	250	2,2	2,75	2,2	2,75	16,1	20,12	94	117,5	0,76	0,95
258/2017м	мясо духовое с овощами	50	200	250	17,40	21,75	18,90	23,62	14,90	18,62	299,00	373,75	11,66	14,57
702/2010м	хлеб ржаной	5,2	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	10	200	200	0,1	0,1	0,2	0,2	27,5	27,5	112,7	112,7	0,9	0,9
	Итого	104,2	750	890	25,81	31,15	22,94	28,29	103,77	112,95	734,80	841,85	22,07	31,00
	Норма обеда по СанПиН 30%- 35% ± 5%		700	800	23,1-26,95	27-31,5	23,7-26,95	27-32,2	100,5-117,25	114,9-134,05	705-822,5	816-952		