

02.04.2025



Согласовано:
директор ООО "Питание"
Ирина Владимировна Москвина



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

№ рсч. по сбор.	Наименование блюда	Цена Рубли	вес блюда	вес блюда	Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность ккал	Энергет. ценность ккал	Витамины (мг)	
					Б		Ж		У				с	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
Вариант 3														
обед														
70/71/2017м	овощи свежие (помидор свежий; соевый)	20	60	100	0,66	1,1	0,12	0,2	2,16	3,6	13,2	22	8,75	14,58
135/2004л	суп овощной со сметаной	16	200/10	250/10	2,1	2,6	5,5	6,9	10,2	12,8	100,2	125,3	8,3	10,3
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	4	20,0	20,0										
198/2017м	горох отварной	13	150,0	180,0	13,63	16,35	6,85	8,21	35,02	42,02	255,00	306,00	0,00	0,00
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
360/202	кисель из повидла	10	200,0	200,0	0,08	0,08	0,04	0,04	23,03	23,03	111,60	111,60	1,80	1,80
	Итого	104,2	820	950	29,36	32,79	22,34	26,06	123,00	134,99	837,94	938,52	19,26	27,13
	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		