20.02.2025

Согласовано:
директор

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена рубли	вес блюда	вес блюда	Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность	Энергет. ценность	Витамины (мг)	Витамины (мг)
					Б	Б	Ж	Ж	У	У				
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	ккал 7-11 лет	ккал 12-18 лет	с 7-11 лет	с 12,-18
Вариант 4														
	Завтрак													
15/2017м	*сыр порциями*	*18*	*10*	*10*	*2,32*	*2,32*	*2,95*	*2,95*	*0*	*0*	*36*	*36*	*0,07*	*0,07*
279/331/2017м	*тефтели говяжьи с рисоми соусом*	*40*	*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*	*19*	*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*	*5,2*	*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*	*17*	*200*	*200*	*1,52*	*1,52*	*1,35*	*1,35*	*15,9*	*15,9*	*81*	*81*	*1,33*	*1,33*
	Итого	*104,2*	*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		

20.02.2025

Согласовано
директор

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

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена Рубли	вес блюда	вес блюда	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 4													
											обед			
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*
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*
289/2017м	*рагу с курицей*	*50*	*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*	*5,2*	*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*
639/2017м	*компот из сухофруктов*	*10*	*200*	*200*	*0,6*	*0,6*	*0*	*0*	*31,4*	*31,4*	*124*	*124*	*0,3*	*0,3*
	Итого	*104,2*	*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	23,1-26,95	27-31,5	23,7-26,95	27-32,2	100,5-117,25	114,9-134,05	705-822,5	816-952		