03.02.25

Согласовано:

директор МОУ "Ленинская СШ"

_____ /Коломайченко О.В./

Утверждено

Директор ООО "Питание"

_____ /Московкин С.С.

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

№ 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
	Вариант 1 :													
					Завтрак									
101/2004л	*икра кабачковая консервированная*	*20*	*60*	*100*	*0,976*	*1,626*	*0,96*	*1,6*	*6,16*	*10,26*	*62,4*	*104*	*0*	*0*
271/331/2017м	*котлеты домашние с соусом*	*45*	*100,0*	*100,0*	*7,81*	*7,81*	*12,28*	*12,28*	*10,62*	*10,62*	*180,00*	*180,00*	*0,00*	*0,00*
331/2017	*соус*	*5*	*20,0*	*20,0*										
203/2017м	*макароны отварные с маслом*	*19*	*150,0*	*180,0*	*5,73*	*6,87*	*6,07*	*7,28*	*31,98*	*38,37*	*205,50*	*246,60*	*0,00*	*0,00*
701/2010м	*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*
376/2017л	*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*	560	630,0	16,90	18,69	20,05	21,90	79,78	90,27	587,70	670,40	0,30	0,30
	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		

03.02.25

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 Рублн	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 1								обед					
70/71/2017м	*овощи по сезону (огурец свежий; соленый)*	*20*	*60*	*100*	*0,48*	*0,8*	*0,06*	*0,1*	*1,14*	*1,9*	*7,2*	*12*	*2,45*	*4,083*
96/2017м	*рассольник ленинградский*	*16*	*200*	*250*	*1,61*	*2,01*	*4,07*	*5,08*	*9,58*	*11,97*	*85,80*	*85,80*	*6,70*	*107,25*
291/2017м	*плов из птицы*	*50*	*50/150*	*60/180*	*16,89*	*20,27*	*9,86*	*11,83*	*34,09*	*40,90*	*302,66*	*363,19*	*4,50*	*5,40*
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*	*50*	*3,08*	*3,85*	*0,96*	*1,20*	*21,36*	*26,70*	*106,40*	*133,00*	*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*	*890,0*	*25,03*	*29,90*	*15,51*	*18,77*	*119,31*	*134,62*	*728,36*	*815,49*	*13,95*	*117,03*
	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		