



13.03.2025



№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена рубли	вес блюда		Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность	Энергет. ценность	Витамины (мг)	Витамины (мг)
			7-11 лет	12-18 лет	Б	12-18 лет	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

Вариан 9

Завтрак														
15/2017м	сыр порциями	18	10	10	2,32	2,32	2,95	2,95	0	0	36	36	0,07	0,07
14/2017м	масло порциями	14	10	10	0,8	0,8	7,25	7,25	0,13	0,13	66	66	0,04	0,04
120/2017м	суп молочный с макаронными изделиями	31	250	300	5,47	6,56	4,75	5,70	17,95	21,54	150,00	180,00	0,11	0,82
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	20	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00	10,00	10,00
701/2010м	хлеб пшеничный	5,2	50	50	3,85	3,85	1,20	1,20	26,70	26,70	133,00	133,00	0,00	0,00
382/2017м	какао с молоком	16	200	200	4,08	4,08	3,54	3,54	17,58	17,58	118,6	118,6	0,3	0,3
Итого		104,2	620,0	670,0	16,9	18,0	20,1	21,0	72,2	75,8	550,6	580,6	10,5	11,2
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		

13.03.2025



Согласовано:
директор *И.С. Москвин*
И.С. Москвин



Утверждено
Директор ООО "Питание"
И.С. Москвин /Московин 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) с	Витамины (мг) с	
				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	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет

Вариан 9

Вариан 9														
		обед												
101/2004г	икра кабачковая консервированная	20	60	60	0,976	0,98	0,96	0,96	6,16	6,16	62,4	62,4	0	0
96/2017м	рассольник ленинградский	16	200,0	250,0	1,61	2,01	4,07	5,08	9,58	11,97	85,80	85,80	6,70	107,25
290/2017м	птица тушеная в сметанном соусе	33	100	100	12,12	12,12	11,52	11,52	12,93	12,93	164	164	1,37	1,37
171/2017м	каша рисовая рассыпчатая с маслом	17	150	180	3,54	4,25	7,29	8,75	36,83	44,2	226,87	272,24	0,00	0,00
702/2010м	хлеб ржаной	5,2	40	40	1,89	1,89	0,44	0,44	17,4	17,4	87,6	87,6	0,00	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	3	30	30	2,31	2,31	0,72	0,72	16,02	16,02	79,80	79,80	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	780,0	860,0	22,53	21,63	25,04	27,51	121,95	131,71	818,07	863,44	6,70	107,25
	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		