Согласовано:
Директор

Утверждено
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
/Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 и 12-18 лет

| № рец. по сбор. | Наименование блюд | вес блюда | | Пищевые вещества/г/ | | | | | | Энергет. ценность ккал | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Б | | Ж | | У | | | |
| 1 | 2 | 7-11 лет 1-4класс | 12-18 лет 5-11класс | 7-11 лет 1-4класс | 12-18 лет 5-11класс | 7-11 лет 1-4класс | 12-18 лет 5-11класс | 7-11 лет 1-4класс | 12-18 лет 5-11класс | 7-11 лет 1-4класс | 12-18 лет 5-11класс |
| | **Неделя 1/ день2** | | | | | | | | | | |
| | **Завтрак** | | | | | | | | | | |
| 70/71/2017м | Овощи по сезону в нарезке (помидор ) | 60 | 100 | 0,66 | 1,1 | 0,12 | 0,2 | 2,16 | 2,8 | 13,2 | 22 |
| 259/2017м | Жаркое по домашнему | 200 | 250 | 17,8 | 22,25 | 18,9 | 23,63 | 19,2 | 24 | 318,1 | 413,27 |
| 701/2010м | Хлеб пшеничный | 40 | 50 | 2,37 | 3,95 | 0,3 | 0,5 | 14,49 | 24,15 | 70,14 | 116,9 |
| 54-45хн/2022н | Чай каркаде | 200 | 200 | 0,16 | 0,16 | 0,08 | 0,08 | 7,18 | 7,18 | 30,08 | 30,08 |
| | Итого | **500** | **600** | **20,99** | **27,46** | **19,40** | **24,41** | **43,03** | **58,13** | **431,52** | **582,25** |
| | 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 |
| | **обед ОВЗ** | | | | | | | | | | |
| 101/2004л | Икра кабачковая консервированная | 60 | 80 | 0,976 | 1,301 | 0,96 | 1,28 | 6,16 | 8,21 | 62,4 | 83,2 |
| 101/2017м | Суп картофельный с крупой (пшено) | 200 | 250 | 4,6 | 5,7 | 4,9 | 6,1 | 10,1 | 12,7 | 102,63 | 132,7 |
| 229/2017м | Рыба тушеная с овощами | 90 | 100 | 12,7 | 14,11 | 8,9 | 9,88 | 6,3 | 7,5 | 156,1 | 175,36 |
| 171/2017м | Каша рисовая рассыпчатая с маслом | 150 | 180 | 3,7 | 4,43 | 4,8 | 5,85 | 36,5 | 43,8 | 203,5 | 244,2 |
| 342/2017м | Компот из свежих фруктов | 200 | 200 | 0,16 | 0,16 | 0,16 | 0,16 | 27,88 | 27,88 | 114,6 | 114,6 |
| 701/2010 м | Хлеб пшеничный | 40 | 40 | 3,16 | 3,16 | 0,4 | 0,4 | 19,32 | 19,32 | 93,52 | 93,52 |
| 702/2010 м | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 60 | 2,8 | 3,36 | 0,55 | 0,66 | 24,7 | 29,64 | 114,95 | 137,94 |
| | Итого | **820** | **930** | **28,066** | **32,251** | **20,64** | **24,37** | **130,99** | **149,012** | **847,7** | **981,51** |
| | 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 |