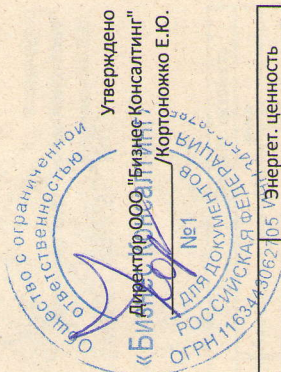


04.09.23



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

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

Наименование блюда	вес блюда		Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность	
	1-4 класс		5-11 класс		12-18 лет		7-11 лет		12-18 лет	
	1-4 класс	5-11 класс	1-4 класс	5-11 класс	1-4 класс	5-11 класс	1-4 класс	5-11 класс	1-4 класс	5-11 класс

Неделя 2/ день 6

101/2004л	Икра кабачковая консервированная	60	80	0,976	1,301	0,96	1,28	6,16	8,21	62,4	83,2
ТК77-2/2022 - 331/2017м	Котлета куриная из п/ф с соусом сметанным с томатом	100/20	100/20	11,28	11,28	12,55	12,55	6,70	6,70	184,87	184,87
203/2017м	Макаронные отварные с маслом	150,0	180,0	5,73	6,87	6,07	7,28	31,98	38,37	205,50	246,60
54-2гн/2022н	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,2	0	0	10,38	10,38	42,32	42,32
701/2010м	Хлеб пшеничный	30	50	2,37	3,95	0,3	0,5	14,49	24,15	70,14	116,9
	Итого	560	620	20,556	23,601	19,88	21,61	69,71	87,81	565,23	673,89
	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

Завтрак

обед ОБЗ

24/2017м	Овощи по сезону в нарезке (помидоры и огурцы)	60	100	0,6	1	3,64	6,07	2,07	3,45	42,42	70,7
54-25с/2022н	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	250	3,39	4,23	3,6	4,5	10,84	13,55	89,32	111,65
289/2017м	Рагу с птицей	200	250	14,35	17,93	15,39	19,24	19,62	24,52	274,39	342,96
342/2017м	Компот из свежих фруктов	200	200	0,16	0,16	0,16	0,16	27,88	27,88	114,6	114,6
701/2010м	Хлеб пшеничный	40	40	3,16	3,16	0,4	0,4	19,32	19,32	93,52	93,52
702/2010м	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	2,8	2,8	0,55	0,55	24,7	24,7	114,95	114,95
	Всего	750	890	24,46	29,28	23,74	30,92	104,43	113,42	729,20	848,38
	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