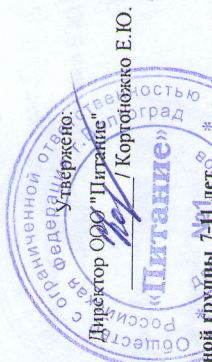


Согласовано:

Директор ЖКОУ

Григорьев И.В.



10- дневное меню для обеспечения двухразовым питанием детей возрастной группы 7-11 лет.

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества				Энергет. ценность
			Б	Ж	У	6	
1	2	3	4	5	6	7	
Завтрак							
182\2017М	Каша молочная жидкая пшенная с маслом и сахаром	250	8,52	13,31	53,44		369,31
15\2017М	Сыр порционню	10	2,32	2,95	0,00		36,00
378\2017М	Чай с молоком	200	1,58	1,35	15,9		81
701\2017 М	Хлеб пшеничный	40	3,24	0,4	19,54		96,8
	Итого	500	15,66	18,01	88,88		583,11
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75		470-587,5
Обед							
33\2011 М	Свекла отварная с растительным маслом	60	0,71	3,04	4,18		47,0
139\2004 Л	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,48	4,96	17,84		133,6
489\2004 Л	Рагу с птицей	200	14,4	11,64	23,28		278,4
342\2011 М	Компот из свежих плодов	200	0,1	0,2	27,5		112,7
701\2010 М	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,3	14,64		72,6
702\2010 М	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,9	0,34	13,05		65,7
	Итого	720	24,02	20,48	100,49		710,0
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	700	23,1-26,95	23,7-26,95	100,5-117,25		705-822,5
	Всего		39,68	38,49	189,37		1293,06
	Норма по СанПину ± 5%		38,5-46,2	39,5-47,4	167,5-201		1175-1410