

27 июня 2022г.



**10и- дневное меню для обеспечения двухразовым питанием детей возрастной группы 7-11 лет  
8 день**

№ рец. по сбор	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>						
181\2017 М	Каша манная молочная с сахаром и маслом	250	6,94	12,18	48,13	330,68
14\2017М	Масло порционное	10	0,08	7,25	0,13	66,00
686\2004 Л	Чай с сахаром и лимоном	205	0,13	0,02	15,2	62
701\2017 М	Хлеб пшеничный	40	3,75	1,86	17,47	110
	<b>Итого</b>	<b>505</b>	<b>10,9</b>	<b>21,31</b>	<b>80,93</b>	<b>568,68</b>
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5

<b>Обед</b>						
№ рец. по сбор	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	Энергет. ценность
1	2	3	4	5	6	7
33\2011 М	Свекла отварная с растительным маслом	60	0,71	3,04	4,18	47,0
103\2011 М	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,2	2,2	16,1	94
247\2011 М	Рыба тушеная с овощами	100	10,6	5,1	5,6	112
171\2017М	Каша рассыпчатая пшеничная	130	5,92	6,50	34,71	211,25
389\2017М	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	1	0	20,2	84,8
701\2010 М	Хлеб пшеничный	40	3,75	1,86	17,47	110
702\2010 М	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,9	0,34	13,05	65,7
	<b>Итого</b>	<b>760</b>	<b>26,08</b>	<b>19,04</b>	<b>111,31</b>	<b>724,7</b>
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	700	23,1-26,95	23,7-26,95	100,5-117,25	705-822,5
	<b>Всего</b>		<b>36,98</b>	<b>40,35</b>	<b>192,24</b>	<b>1293,38</b>
	Норма по СанПиНу ± 5%		38,5-46,2	39,5-47,4	167,5-201	1175-1410

Цена 141,12 руб.

**10и- дневное меню для обеспечения двухразовым питанием детей возрастной группы 12-18 лет  
8 день**

№ рец. по сбор	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>						
181\2017 М	Каша манная молочная с сахаром и маслом	300	8,67	14,61	57,75	396,16
14\2017М	Масло порционное	10	0,08	7,25	0,13	66,00
686\2004 Л	Чай с сахаром и лимоном	205	0,13	0,02	15,2	62
701\2017 М	Хлеб пшеничный	40	3,75	1,86	17,47	110
	<b>Итого</b>	<b>555</b>	<b>12,63</b>	<b>23,74</b>	<b>90,55</b>	<b>634,16</b>
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680

<b>Обед</b>						
№ рец. по сбор	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	Энергет. ценность
1	2	3	4	5	6	7
33\2011 М	Свекла отварная с растительным маслом	100	1,18	5,07	6,96	78,3
103\2011 М	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,75	2,75	3,22	117,5
247\2011 М	Рыба тушеная с овощами	100	10,6	5,1	5,6	112
171\2017М	Каша рассыпчатая пшеничная	180	13,85	9,00	48,06	292,50
389\2017М	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	1	0	20,2	84,8
701\2010 М	Хлеб пшеничный	40	3,75	1,86	17,47	110
702\2010 М	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,53	0,45	17,4	87,6
	<b>Итого</b>	<b>910</b>	<b>35,66</b>	<b>24,227</b>	<b>118,91</b>	<b>882,73</b>
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952
	<b>Всего</b>		<b>48,29</b>	<b>47,967</b>	<b>209,46</b>	<b>1516,89</b>
	Норма по СанПиНу ± 5%		45-54	45-55,2	191,5-229,8	1360-1632

Цена 141,12 руб.