



Согласовано: М.И.О.Т. Третьяков
Директор
Утверждено
Директор ООО "Бизнес-Консалтинг"
Короткошко Е.Ю.

11.04.2025г

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

№ реч. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда		Пищевые вещества/г/100г				Энергет. ценность	
		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	ккал

2

Неделя 2/ день 10

Завтрак

47\2017	капуста квашеная с растительным маслом	60	100	1,02	1,70	3,00	5,00	8,45	51,42	85,70
ТТК 77\1\2023	котлеты рыбные из п/ф высокой степени готовности	100	100	12,30	12,30	4,70	4,70	6,90	119,10	119,10
125\2017м	картофель отварной	150	180	2,97	3,56	7,95	9,54	20,89	175,5	210,6
54-3гн\2022н	чай с сахаром и лимоном	200	200	0,3	0,3	0	0	10,58	43,52	43,52
702\2010 м	хлеб ржано-пшеничный	30	50	2,34	3,90	0,30	0,50	14,46	70,08	116,80
	Итого	540	630	18,93	21,76	15,95	19,74	57,90	459,62	575,72
	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	470-587,5	544-680
	Всего за 10 дней	5490,00	6270,00	157,23	184,05	157,18	184,48	727,72	4944,84	5862,65
	Средний суточный рацион	549	627	15,72	18,41	15,72	18,45	72,77	494,48	586,27

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	470-587,5	544-680
--	-----	-----	------------	---------	------------	-------	----------	-----------	---------