

18-ти дневное меню для обеспечения двукратным питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
			Б	Ж	У	
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет
Неделя 3/ день 13						
Завтрак						
295/330/2017м	Котлета куриная с соусом сметанным	110	11,06	12,47	13,06	209
ТТК №30.1	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом	180	9,92	8,20	41,00	270,00
54-4гн/2022н	Чай с молоком	200	1,6	1,1	12,58	66,62
701/2010м	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9
	Итого	540	26,53	22,27	90,79	662,52
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5
54-2з/2022н	Овощи в нарезке (огурец свежий)	60	0,48	0,12	1,5	8,52
ТТК №35	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	4,62	2,16	18,12	118
ТТК №11	Жаркое по домашнему	200	15,2	16,5	24,8	289
54-13хн/2022м	Напиток из шиповника	200	0,6	0,2	15,2	65,3
п.т	пряник	30	1,8	1,3	16	109
701/2010м	Хлеб пшеничный	90	7,11	0,9	43,47	210,42
	Итого	780	29,81	21,18	119,09	800,2
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	700	23,1-26,95	23,7-26,95	100,5-117,25	705-822,5