

Сотеева
Наталья

Александров
С.И.

23.06.2023

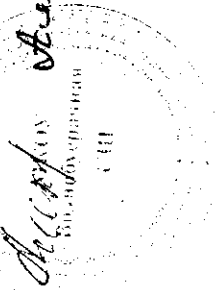
меню для обеспечения двукратным питанием обучающихся возрастной группы

№ реч. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда		Пищевые вещества/g		Энергет. ценность kcal
		12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	
1	2	12-18 лет		12-18 лет		12-18 лет
	День 6	12-18 лет		12-18 лет		12-18 лет
181/2017м	Каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом	250	9,15	12,4*	33,60	289,23
П.Т	Печенье толченное молоко	40	5,2	6	12,3	124
701/2010м	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,60	29,98	144,78
379/2017м	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	3,68	15,94	109,56
	Итого	550	22,26	22,75	90,82	661,57
	Норма загрузка по СанПин 20% - 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
	Обед					
7071/2017м	Овощи по сезону натуральные в нарезке (огурец)	100	0,8	0,1	1,7	10
54-25с/2022м	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	4,23	4,5	13,55	111,65
291/2017м	Плов из птицы	200	18,54	22,5	28,66	391,3
54-1м/2022м	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
701/2010 м	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52
702/2010м	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,8	0,55	24,7	114,95
	Итого	840	30,03	28,05	107,73	802,42
	Норма обеда по СанПин 30% - 35% ± 5%	800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952

1800 150

Согласовано:

Нач. центра



Александр Александрович

23.06.2023

Метод для обеспечения двукратным питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда			Пищевые вещества/g			Энергет. ценность ккал
		7-11 лет	Б	Ж	У	7-11 лет	7-11 лет	
1	2	День 6						

		Завтрак						
181/2017м	Каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом	220	8,03	10,97	26,88	226,45		
П.Т	Печенье топлёное молоко	40	5,2	6	12,3	124		
701/2010м	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	96,52		
379/2017м	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	3,68	15,94	109,56		
	Итого	500	19,56	21,05	74,44	556,53		
	Норма завтрака по СанПиН 20%-25% ± 5%	500	19,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5		

701/2017м	Овощи по сезону натуральные в нарезке (огурец)	60	0,48	0,06	1,02	6		
54-25с/2022н	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	3,39	3,6	10,84	89,32		
291/2017м	Плов из птицы	150	13,9	16,88	21,2	292,32		
54-1жн/2022н	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81		
701/2010 м	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52		
702/2010м	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,8	0,55	24,7	114,95		
	Итого	700	24,23	21,49	96,88	677,11		
	Норма обеда по СанПиН 30%-35% ± 5%	700	23,1-26,95	23,7-26,95	100,5-117,25	705-822,5		

Учено все что 150