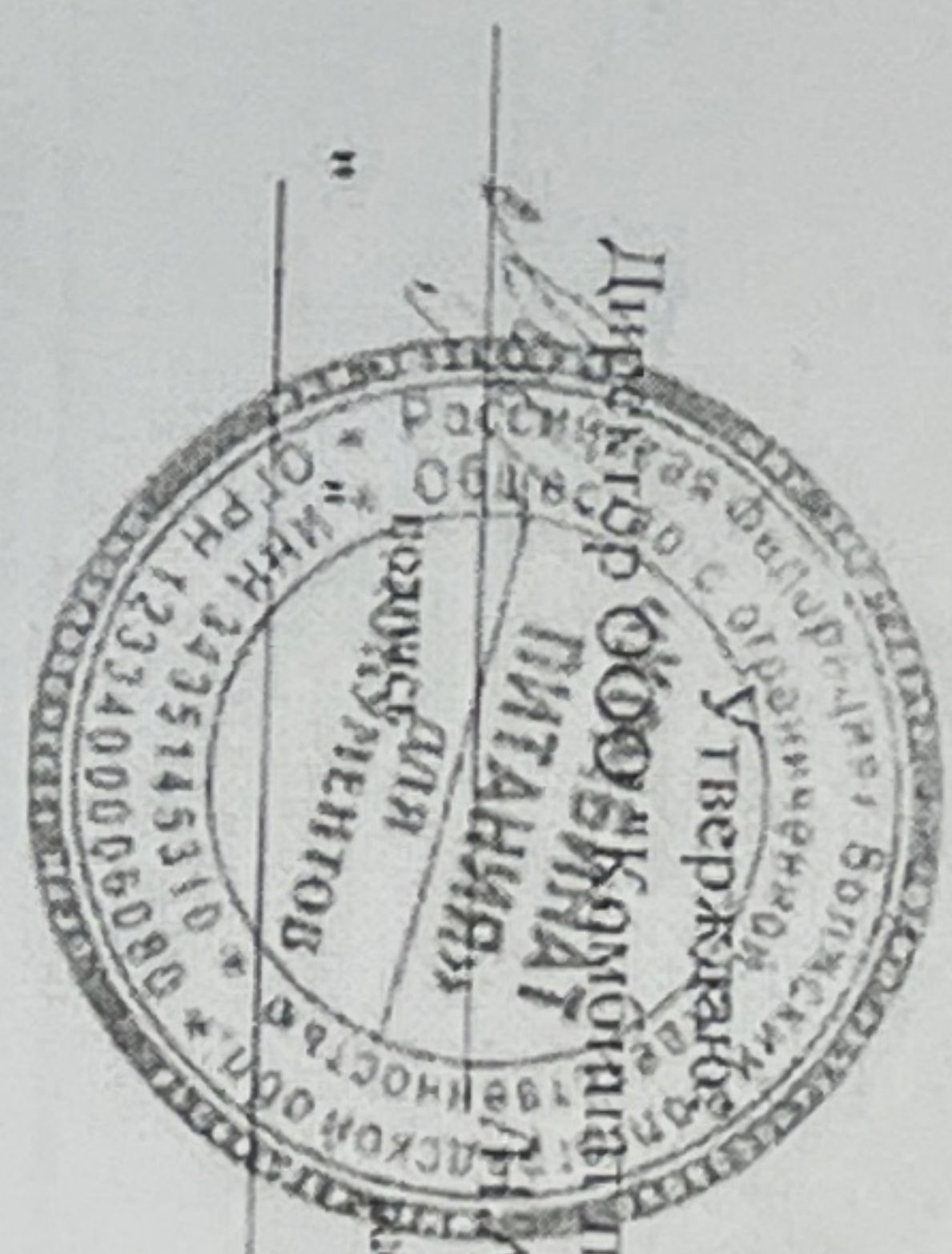




Согласовано:
Директор *Игорь Александрович Смирнов*
Инициалы *И.А.Смирнов*
Подпись *И.А.Смирнов*
расшифровка
2025г.

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ



Директор *Игорь Александрович Смирнов*
Инициалы *И.А.Смирнов*
Подпись *И.А.Смирнов*
расшифровка
2025г.

Для обеспечения горячим питанием (завтрак) школьников возрастной группы 7-11 лет (10-ти дневное меню)

Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления. На основе Федерального бюджетного учреждения науки "Новосибирский научно-исследовательский институт гигиены и Сборник рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапиной. - М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.

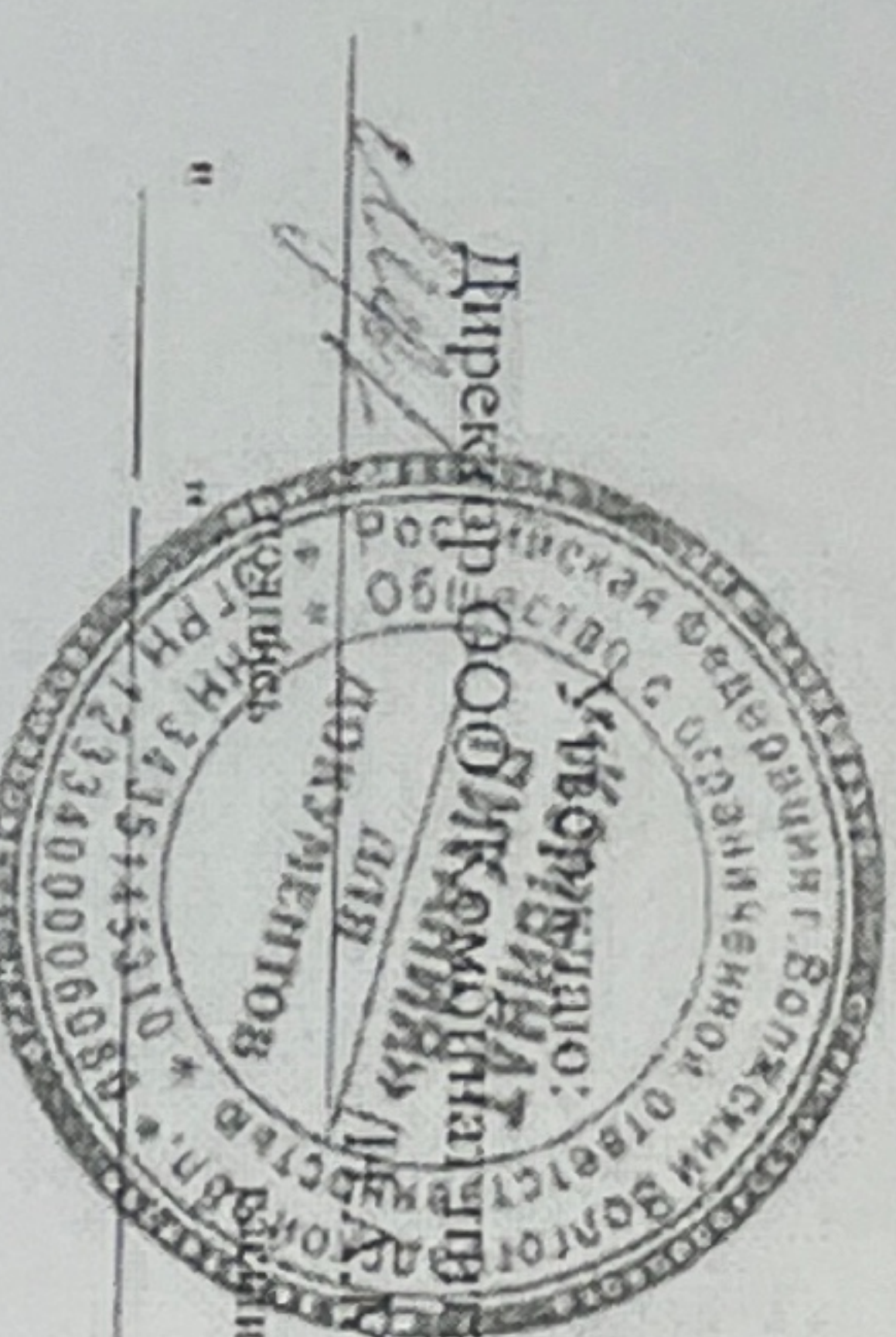
Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2017. - 544с.

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., Тутельян В.А. САНПИН 1.2. 3685-21 " Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания".

0109.2025₂



Сотласовано:
 Директор ООО «Битум» *М.В. Мухоморова*
 01.09.2025г.



Директор ООО «Битум» *М.В. Мухоморова*
 01.09.2025г.

№ п/п по сбор.	Наименование блюд	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

День 1

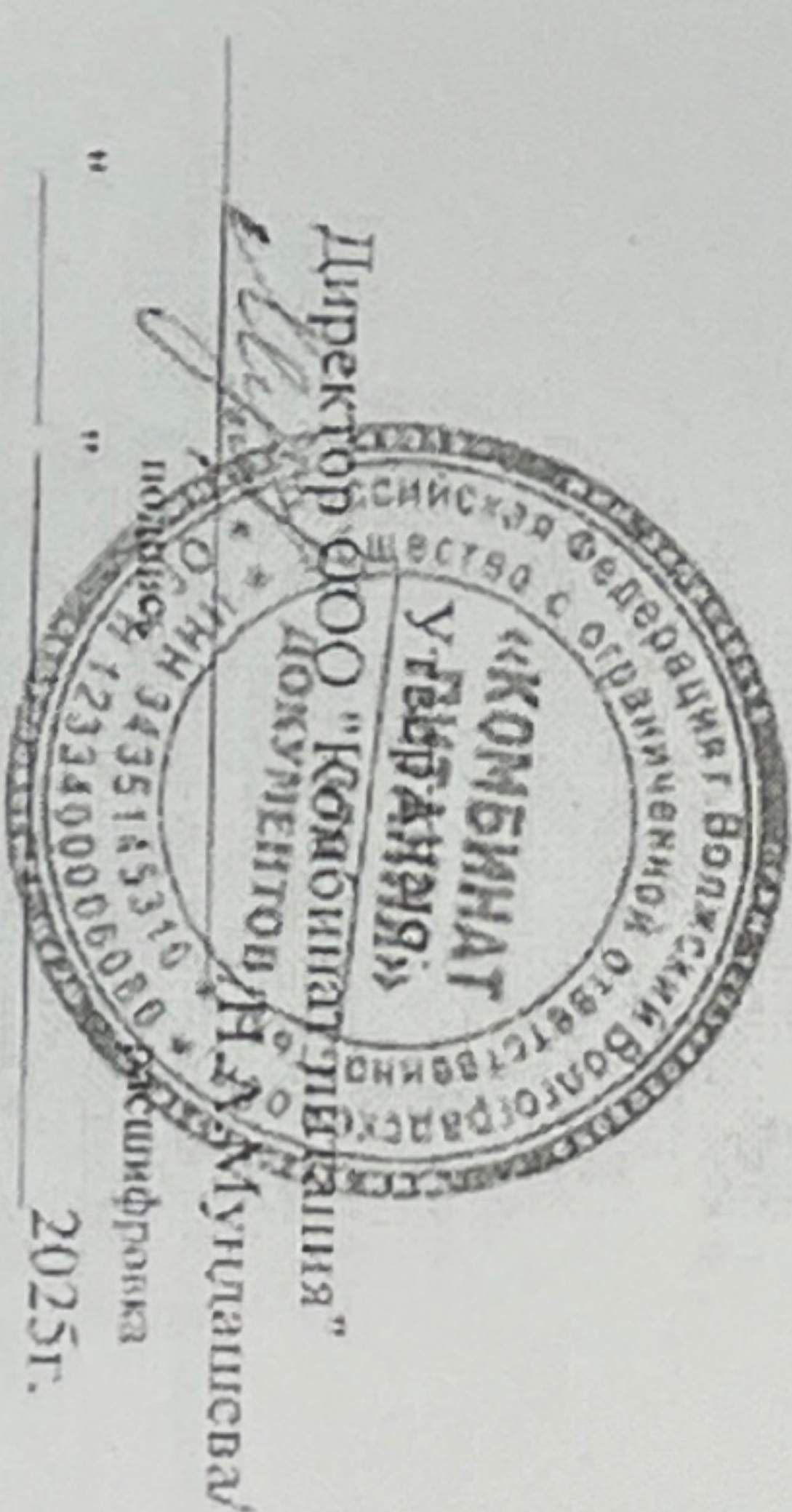
182/2017м	каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	200	7,82	10,26	35,40	241,22
И.Т.	кондитерское изделие	30	4,83	4,96	13,11	116,40
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,36	0,30	14,97	70,14
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
54-4тн/2022н	чай с молоком	200	1,6	1,1	12,58	66,62
	Итого	560	17,01	17,02	85,86	541,38

Завтрак

Норма завтрака по СанПин 20%-25% + 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5
---------------------------------------	-----	------------	------------	----------	-----------



расшифровка
2025г.



2025г.

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

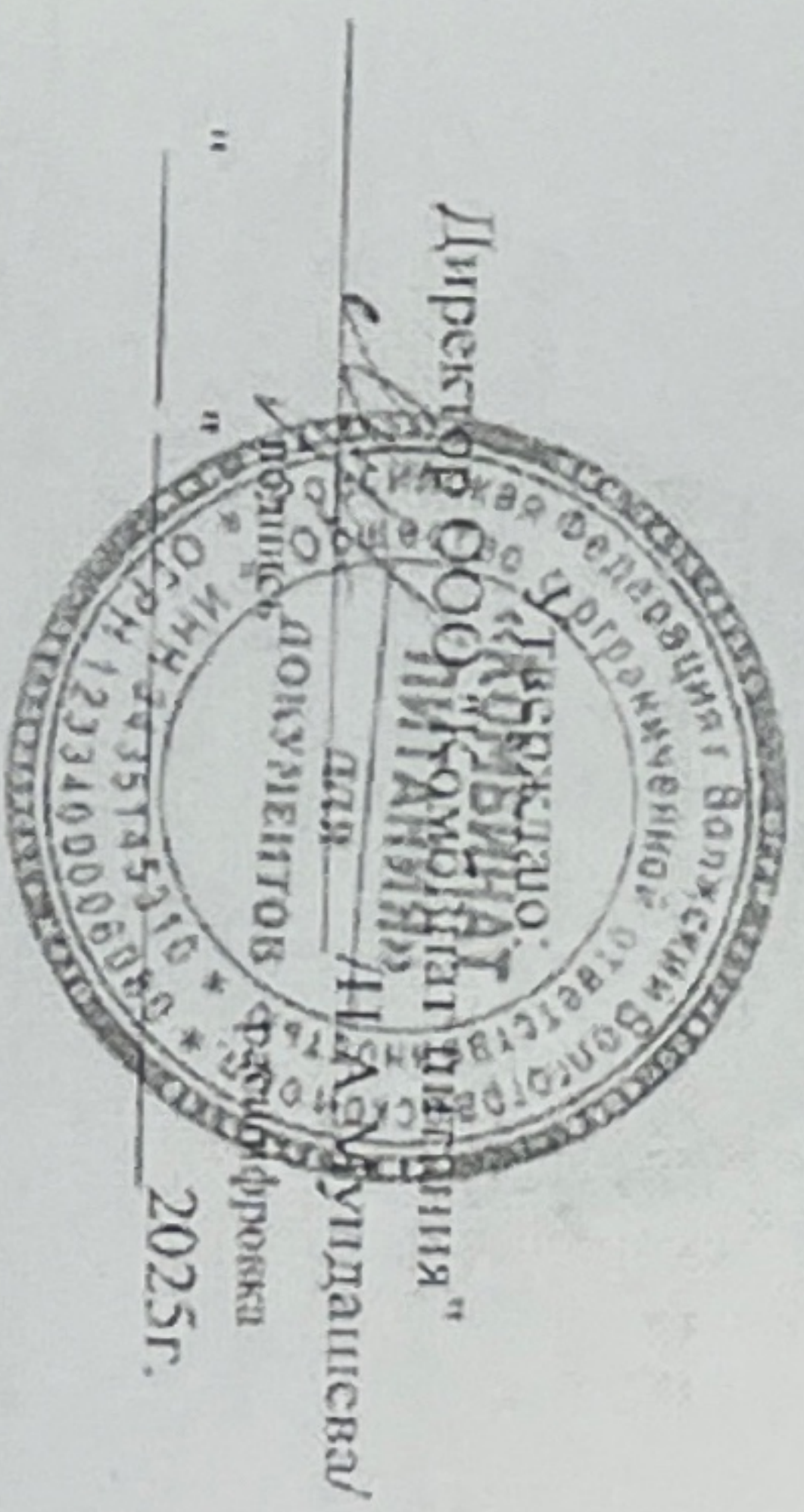
День 2

Завтрак						
47/2017	капуста квашеная с растительным маслом	60	1,02	3,00	5,07	51,42
246/2017м	гуляш из отварного мяса говядина	100	11,90	14,40	7,89	208,76
203/2017м	макароны отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,36	0,30	14,97	70,14
54-2гн/2022н	чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32
	Итого	540	20,88	22,60	71,11	569,44
	Норма завтрака по СанПиН 20%-25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5

02.09.2025г.



Согласовано:
Директор школы: *С.И. Шендерович*
Заведующий: *С.И. Шендерович*
расшифровка
2025г.



Директор: *А.А. Шендерович*
Заведующий: *А.А. Шендерович*
расшифровка
2025г.

№ п/п по сбор.	Наименование блюда	вес блюда	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

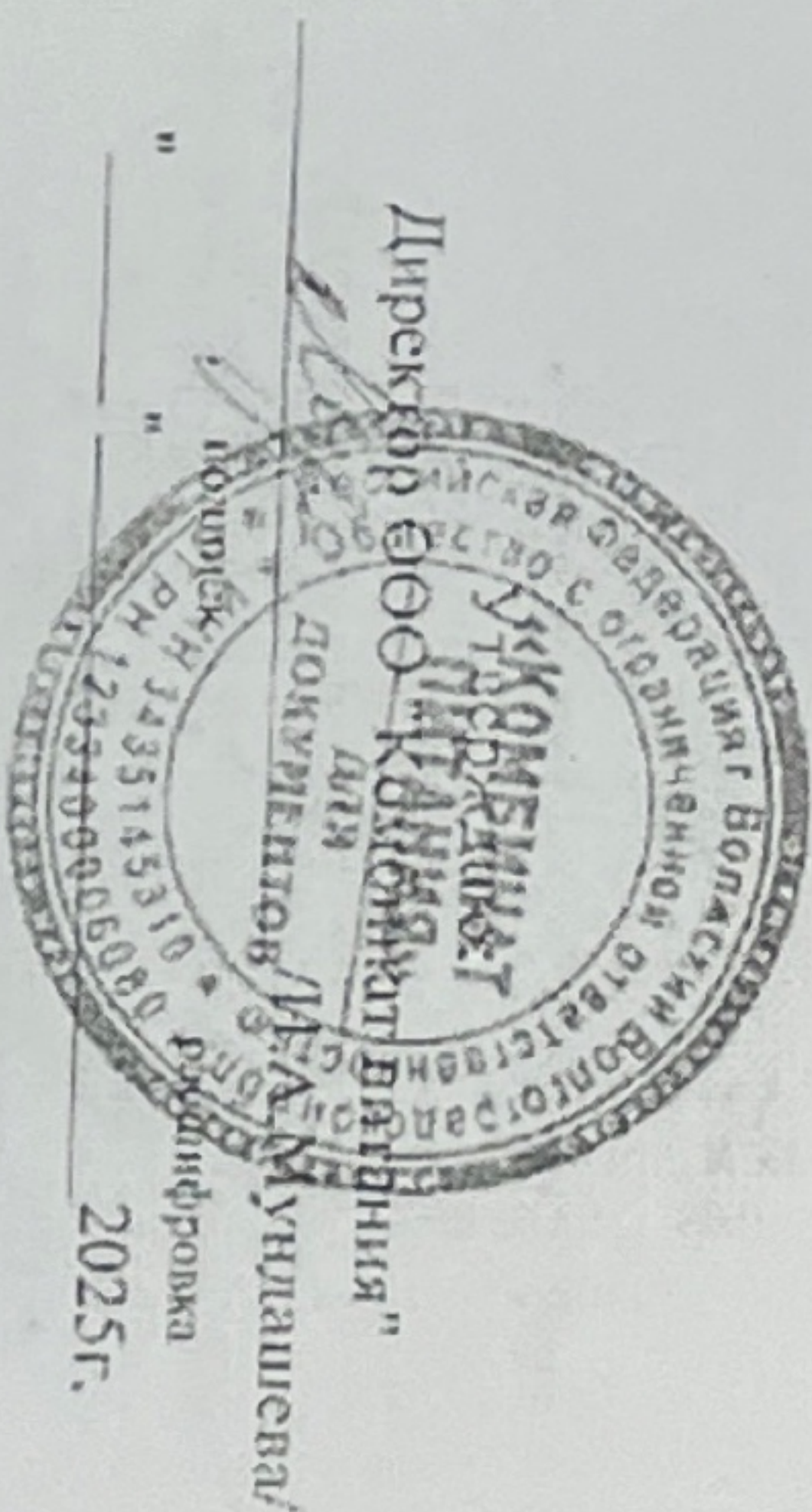
День 3

№ п/п по сбор.	Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
			Б	Ж	У	
101/2004л	икра кабачковая консервированная	60	1,63	2,82	8,72	67
ТТК 77-6/2023	котлеты мясокрупные п/ф высокой степени готовности	100	9,3	6,10	5,90	116,00
171/2017м	каша рассыпчатая гречневая с маслом	150	6,92	6,3	35	224,38
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,36	0,30	14,97	70,14
707/2004	сок фруктовый	180	0,9	0,2	17,7	80,3
Итого		520,0	21,1	15,7	82,3	557,8
Норма завтрака по СанПиН 20% - 25% ± 5%		500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5

0309.2025г



расшифровка
2025г.



расшифровка
2025г.

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	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

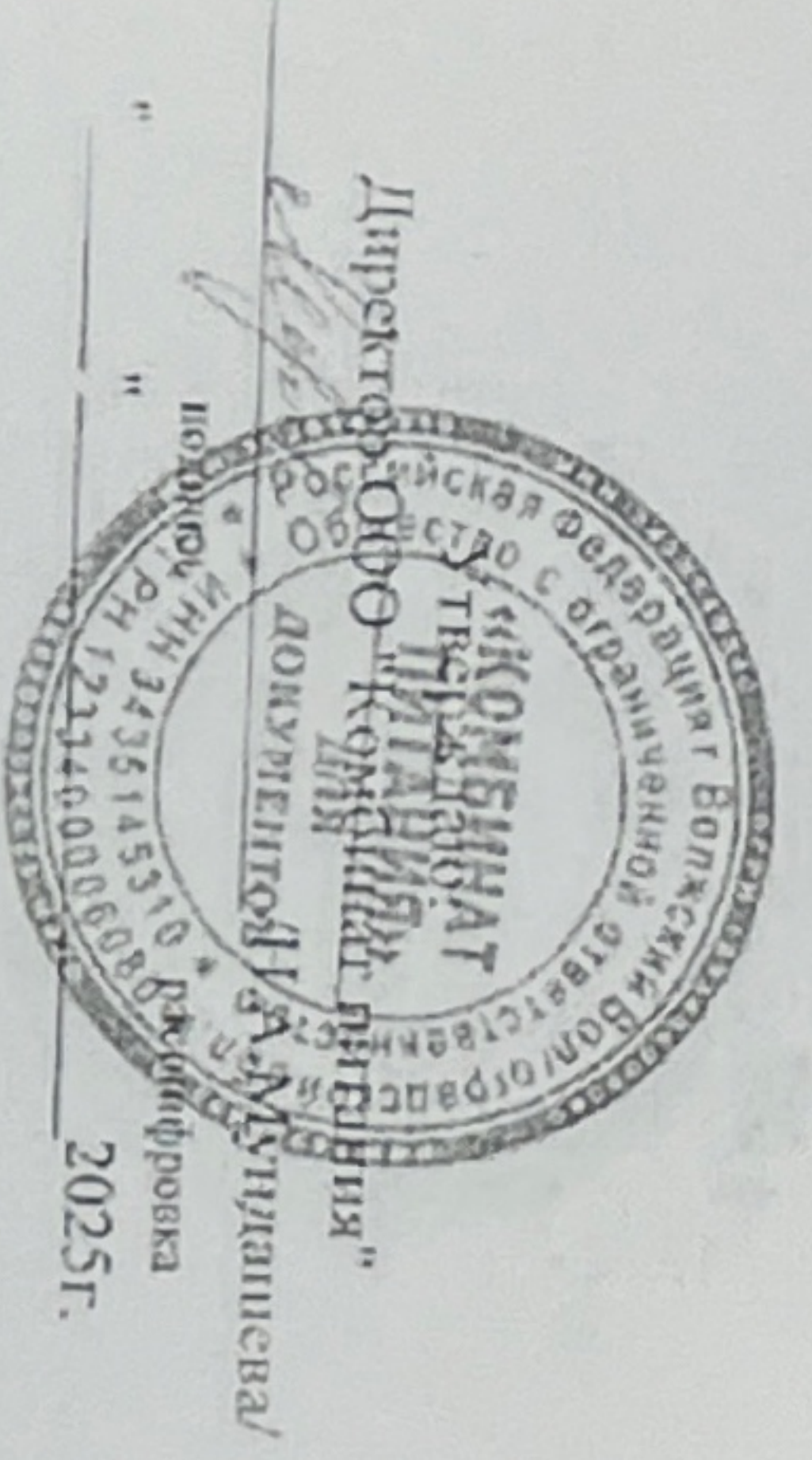
188/2017м	запеканка рисовая с творогом с молоком стученным	170	11,77	12,93	40,86	326,89
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
701/2017м	хлеб пшеничный	30	2,36	0,30	14,97	70,14
379/2017	кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,6
	Итого	500	17,7	16,3	81,6	544,6
Норма завтрака по СанПиН 20% - 25% ± 5%		500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5

Завтрак

0409.2025г.



Сот. админ. район:
Директор: *Игорь Александрович Гашина*
Заведующий: *Игорь Александрович Гашина*
2025г.



Директор: *Игорь Александрович Гашина*
Заведующий: *Игорь Александрович Гашина*
2025г.

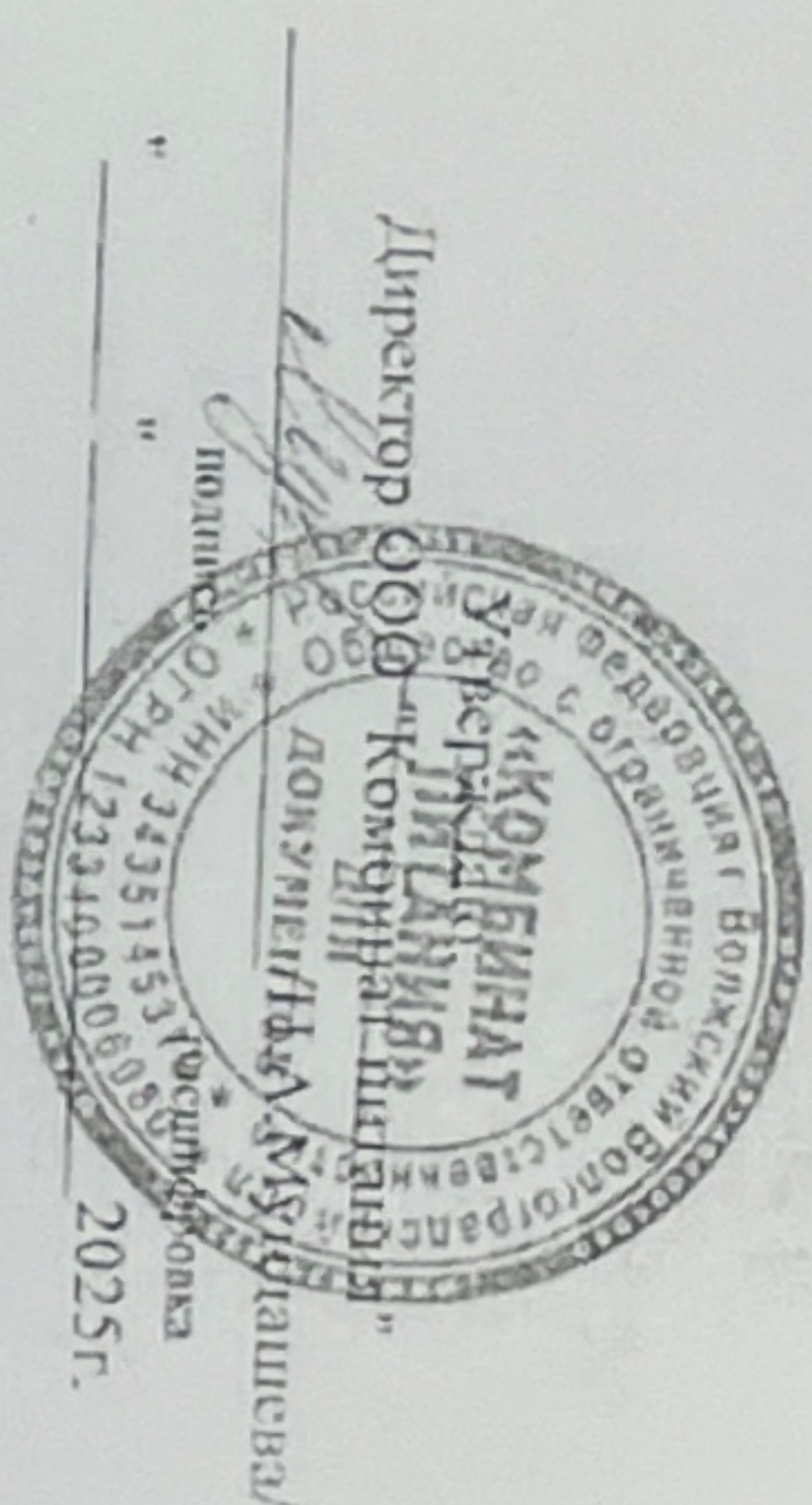
№ п/п по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г			Энергет. ценность ккал 7-11 лет
			Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет	

77-9/2022м	пельмени со сметаной	200	16,80	18,60	35,30	375,80
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,36	0,30	14,97	70,14
54-3гг/2022н	чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52
	Итого	530,0	19,9	19,3	70,7	536,5
	Норма завтрака по СанПин 20% ± 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5

06092025г



Сотрудник:
Иванов И.И.
Подпись: *Иванов И.И.*
2025г.



Директор ООО «КОМПАНАТ»
Подпись: *Иванов И.И.*
2025г.

0809.2025г

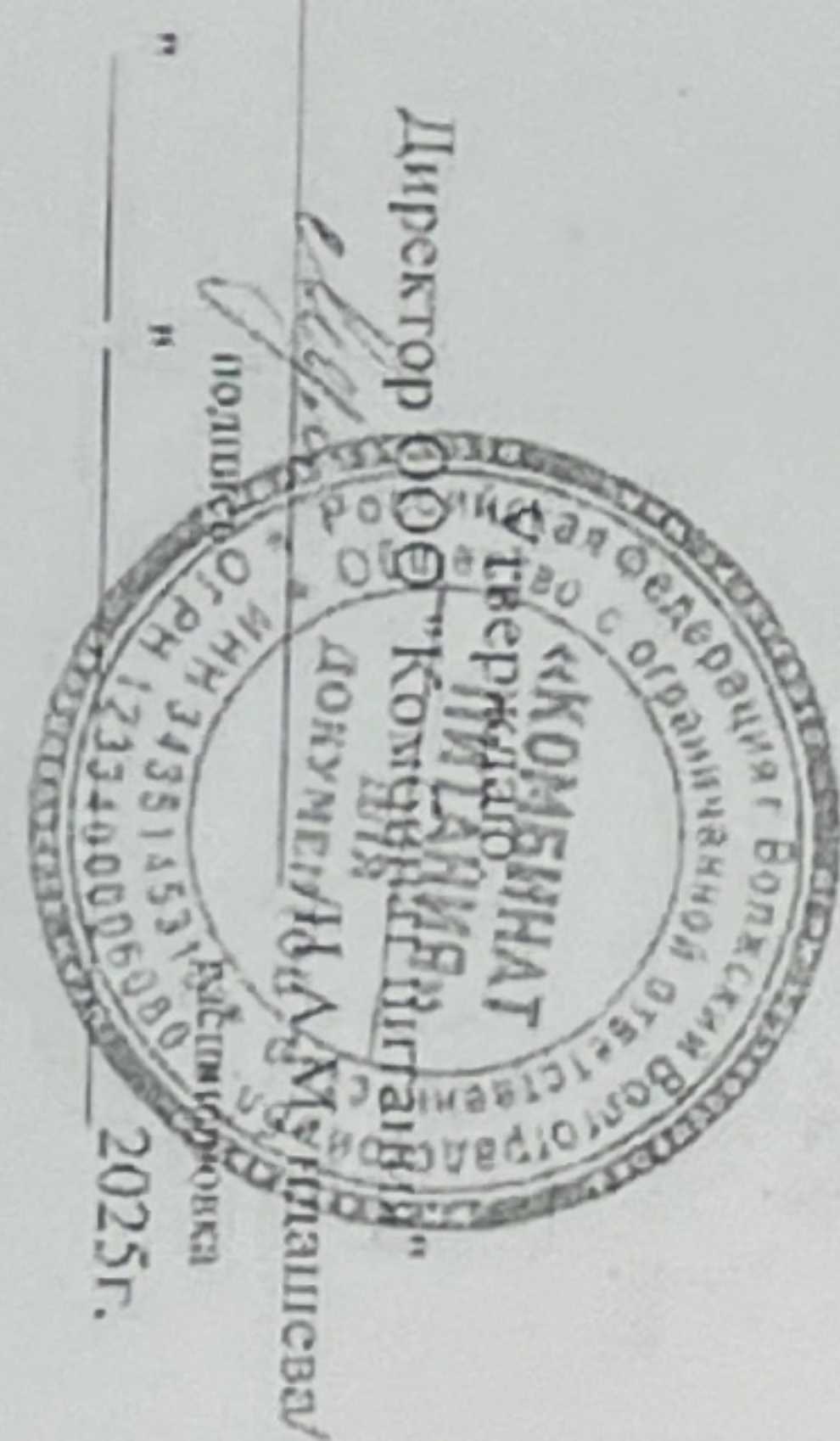
№ пел. по сбор.	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
			Б	Ж	У	
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет

Завтрак

182/2022м	каша молочная жидкая пшеничная с маслом и сахаром	200	7,80	10,80	37,10	272,80
3/2017м	бутерброд с сыром 40/5/15	60	6,69	8,38	19,38	180,27
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,36	0,30	14,97	70,14
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
54-4пн/2022г	чай с молоком	200	1,6	1,1	12,58	66,62
	Итого	590	18,85	20,98	93,83	636,83
	Норма завтрака по СанПиН 20% - 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5



Подписано:
 директор школы *Ирина Владимировна*
 Волгодонск 2025г.



Подписано:
 директор школы *Ирина Владимировна*
 Волгодонск 2025г.

№ п/п по сбор.	Наименование блюд	вес блюда/г	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

День 7

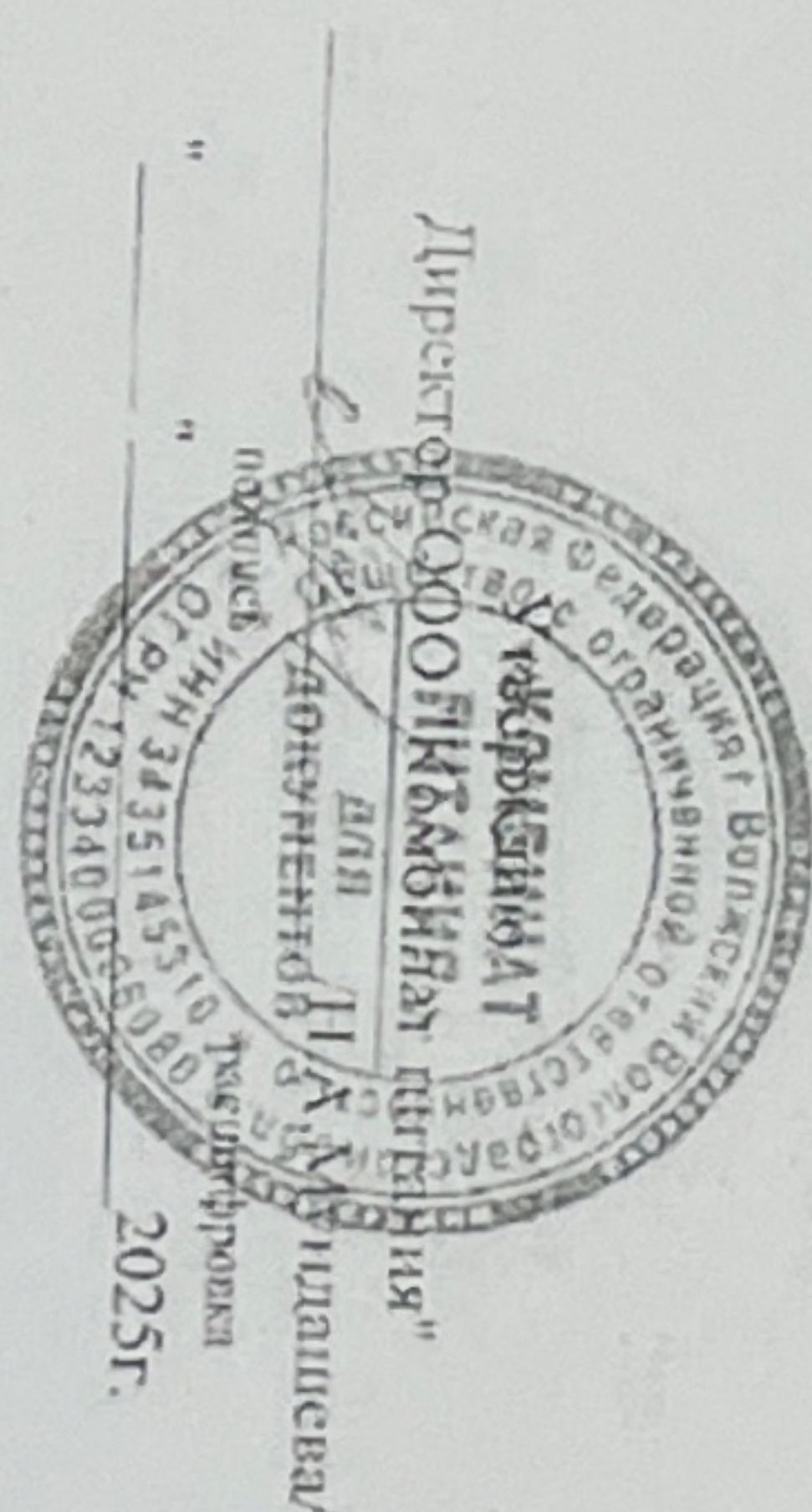
47/2017	капуста квашеная с растительным маслом	60	Завтрак			51,42
			1,02	3,00	5,07	
291/2017м	плов из птицы	200	18,54	22,5	28,66	391,3
54-2тп/2022г	чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32
701/2010м	хлеб пшеничный	40	2,36	0,30	14,97	70,14
	Итого	500	22,12	25,8	59,08	555,18
	Норма завтрака по СанПиН 20% - 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5

09.09.2025г



Согласовано:
 Директор ООО «ИЗБАВИТЕЛЬ»
 Шварова И.В.

01.09.2025г. 09. Расшифровка



Директор ООО «ИЗБАВИТЕЛЬ»
 Шварова И.В.

01.09.2025г. 09. Расшифровка

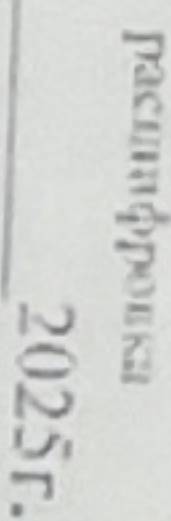
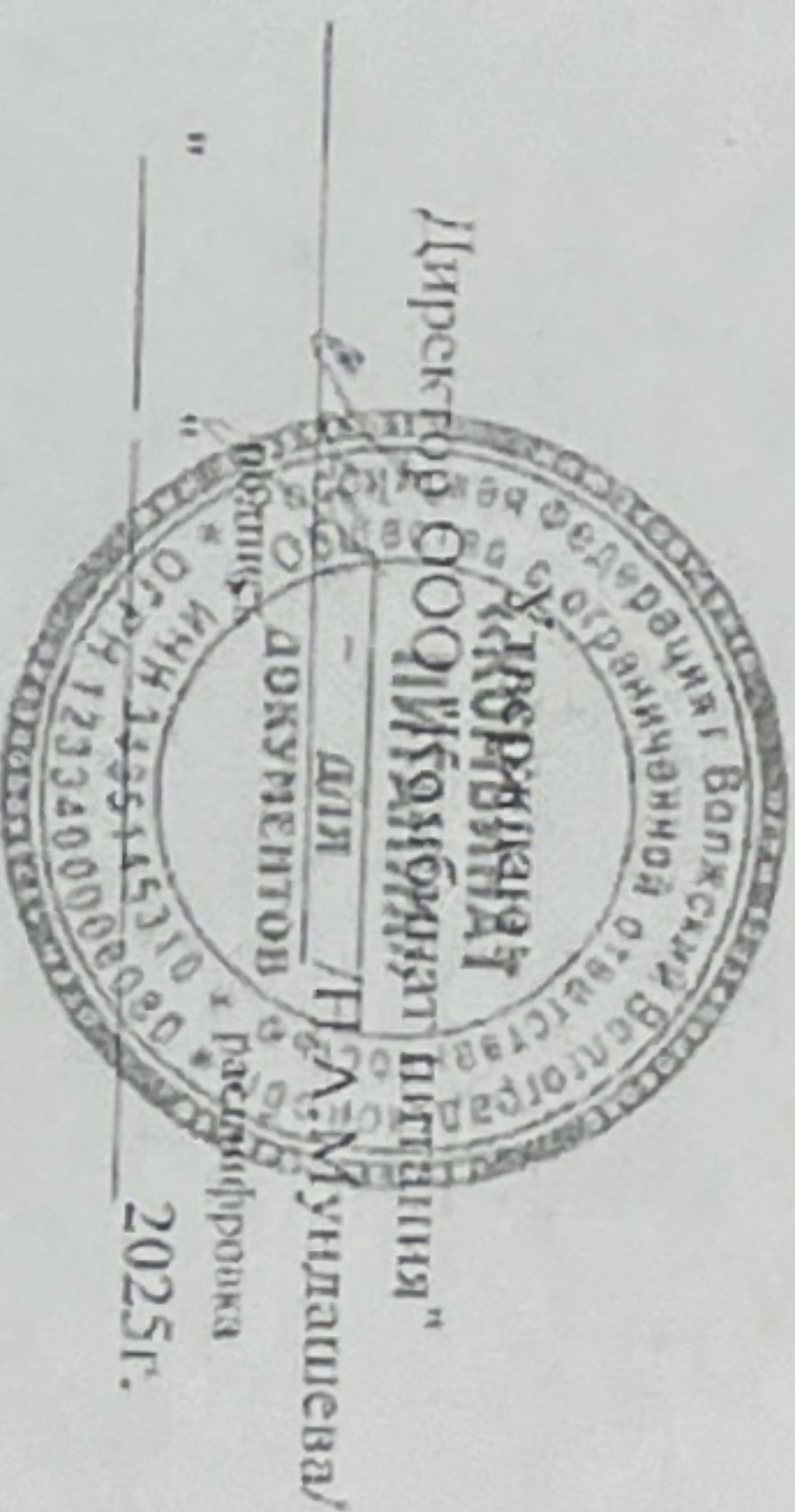
№ п/п по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал 7-11 лет
			Б	Ж	У	
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет

День 9

ТТК 77-11/2023	вареники с картофелем и сметаной 180/20	200	11,77	12,93	40,86	326,89
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
701/2017м	хлеб пшеничный	30	2,36	0,30	14,97	70,14
379/2017	кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,6
	Итого	530	17,7	16,3	81,6	544,6
	Норма завтрака по СанПин 20% - 25% ± 50 г	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5

Завтрак

11.09.2025г

[illegible]

202511

120922252

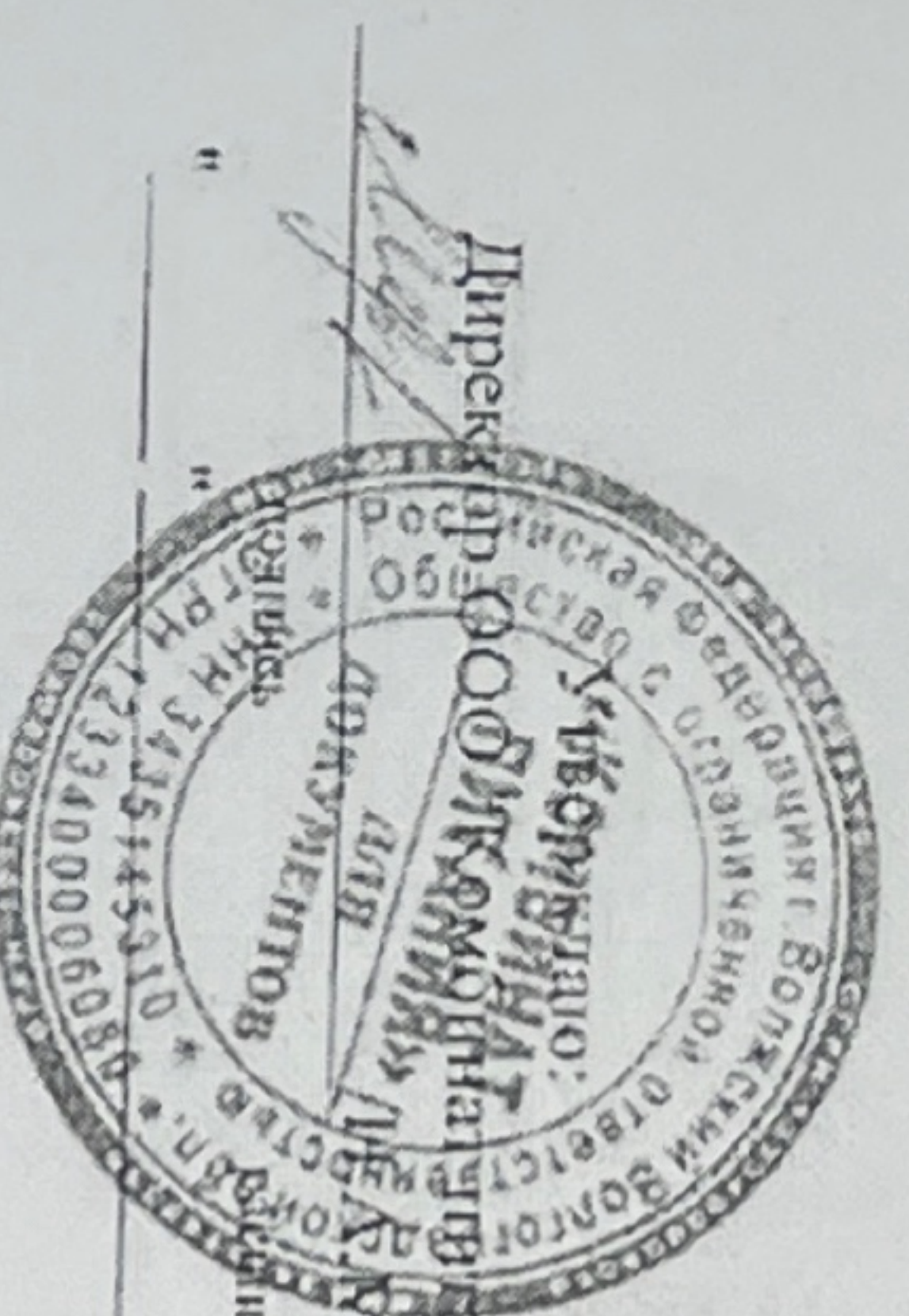
№ п/п. по сбор.	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
			Б	Ж	У	
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	

		Завтрак					
131/2017м	овощи консервированные (зеленый горошек)	60	1,70	0,10	3,50	22,10	
77-5/332/ 2017м	тефтели из п.ф с соусом томатным 100/20	120	10,58	14,3	3,44	185,02	
203/2017м	макаронны отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	
54-1хм/2022и	компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	
701/2017м	хлеб пшеничный	40	3,15	0,40	19,33	93,52	
	Итого	570	21,33	19,70	78,87	578,44	
	Норма завтрака по СанПиН 20%-25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	
	Всего за 10 дней	5 400,00	201,23	193,74	788,46	5 681,35	
	Средний суточный рацион	540	20,123	19,37	78,85	568,14	

Норма заплата по СанЛин	20%-25% ± 5%		
500			
15.4-19.25	15.8-19.75	67-83.75	470-587.5



полное наименование
расшифровка
2025г.



расшифровка
2025г.

№ п/п по сбор.	Наименование блюда	вес блюда	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	7-11 лет

Завтрак

182/2017м	каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	200	7,82	10,26	35,40	241,22
п.т	кондитерское изделие	30	4,83	4,96	13,11	116,40
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,36	0,30	14,97	70,14
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
54-41тн/2022н	чай с молоком	200	1,6	1,1	12,58	66,62
Итого		560	17,01	17,02	85,86	541,38

Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%

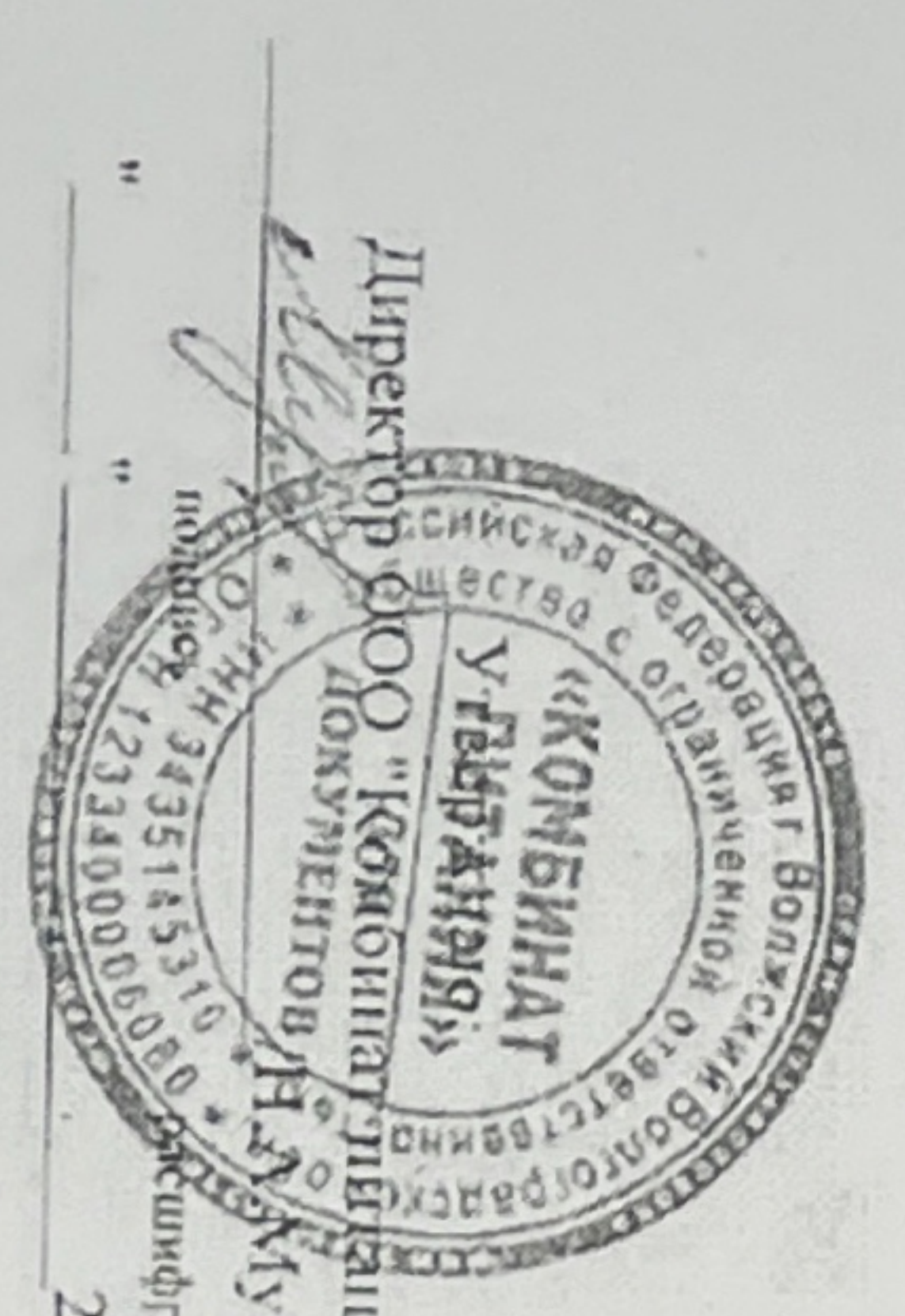
15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5
------------	------------	----------	-----------

15.09.2025

16 09 2025г



Согласовано:
 Директор ООО "Комбинат Угледар" *Иванов И.В.*
 2025г.

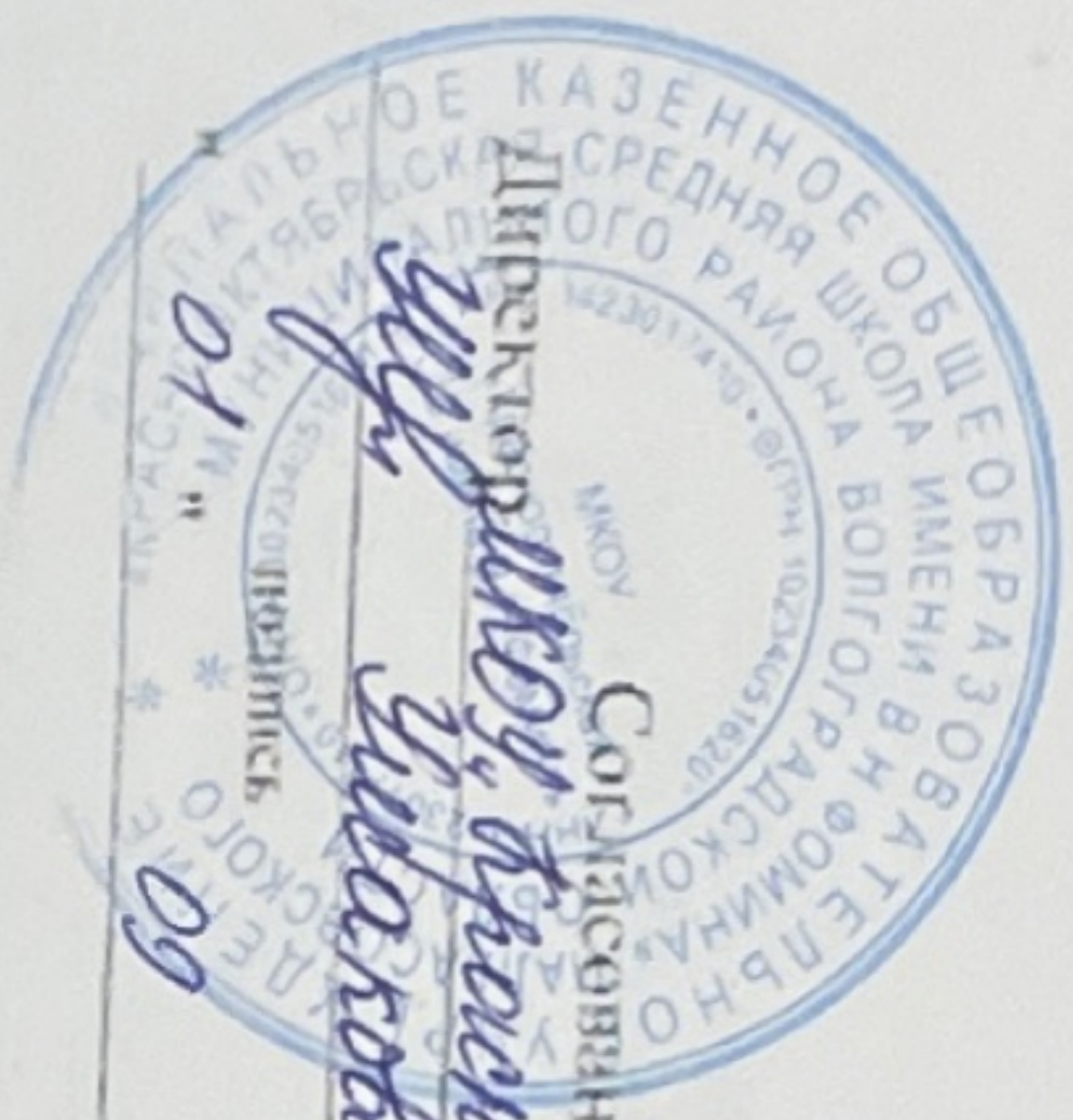


Директор ООО "Комбинат Угледар" *Иванов И.В.*
 2025г.

№ рец. по сбор.	Наименование блюл	вес блюда	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

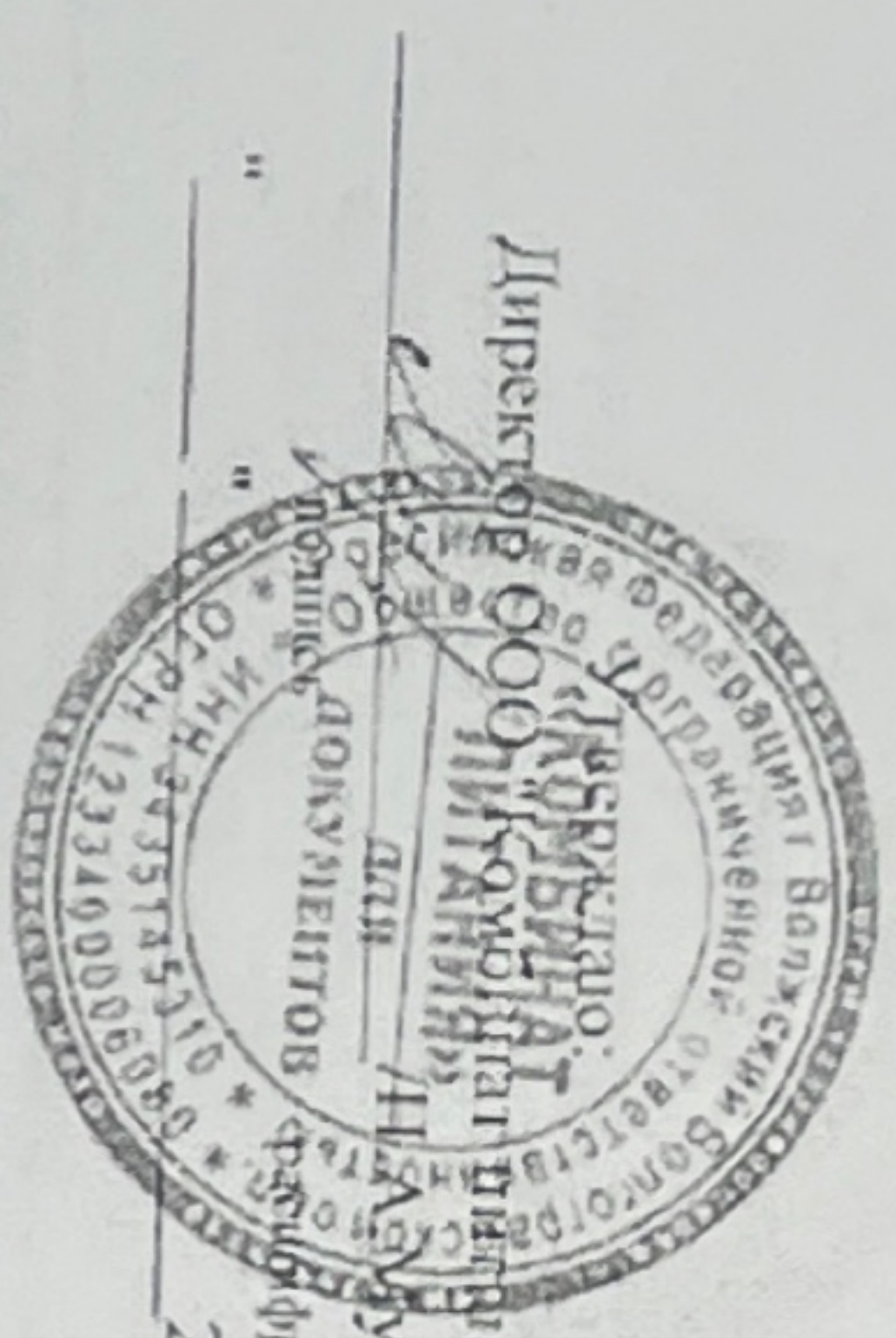
47/2017	капуста квашенная с растительным маслом	60	1,02	3,00	5,07	51,42
246/2017м	гуляш из отварного мяса говядина	100	11,90	14,40	7,89	208,76
203/2017м	макароны отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,36	0,30	14,97	70,14
54-21м/2022н	чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32
	Итого	540	20,88	22,60	71,11	569,44
	Норма завтрака по СанПиН 20%-25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5

Завтрак



Согласовано:
Директор МБОУ «Средняя школа №10 Волгоградского района»
Иванова И.В.

расшифровка
2025г.



Директор МБОУ «Средняя школа №10 Волгоградского района»
Иванова И.В.

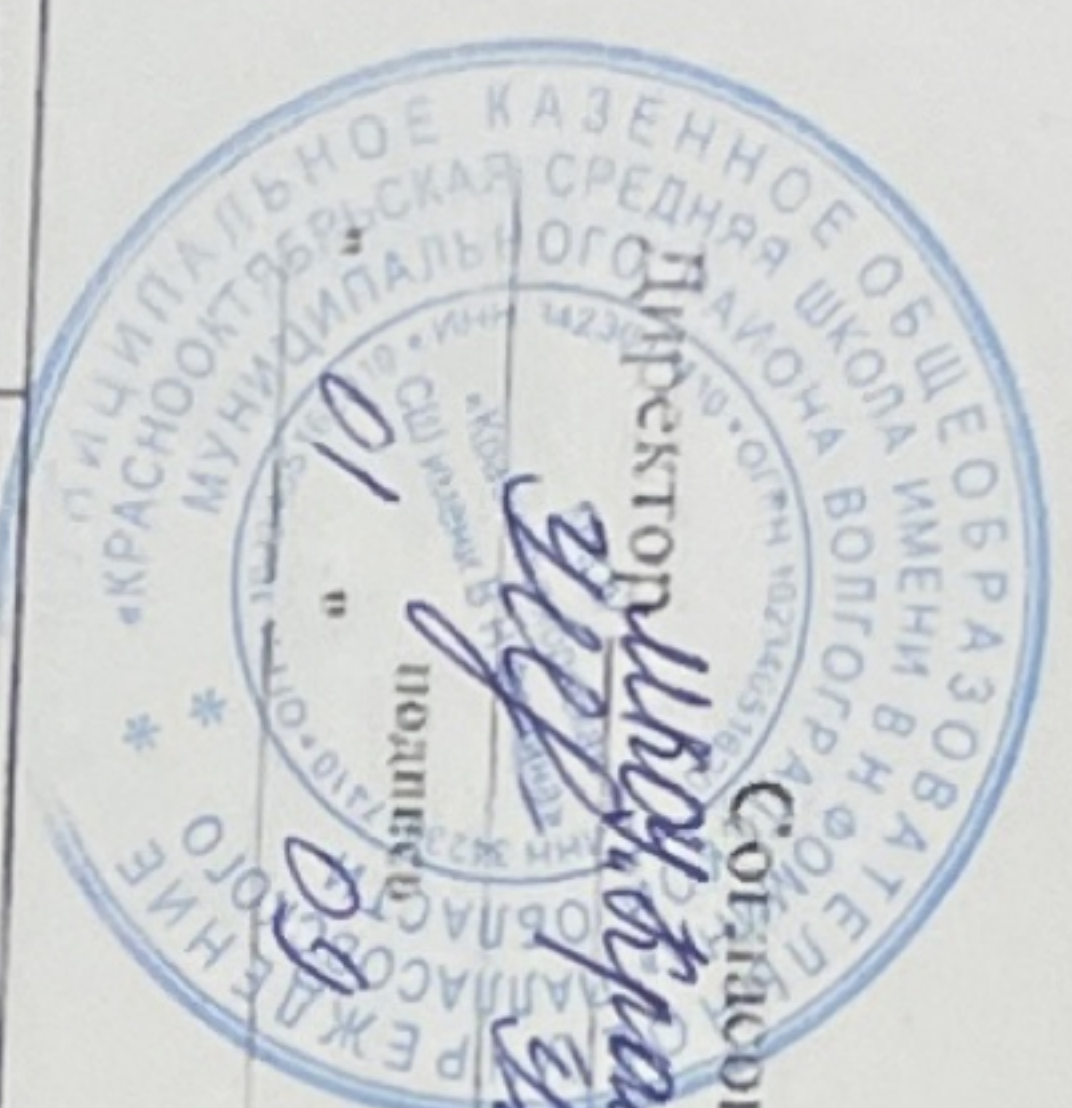
№ п/п по сбор.	Наименование блюд	всс блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
			Б	Ж	У	
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет

День 3

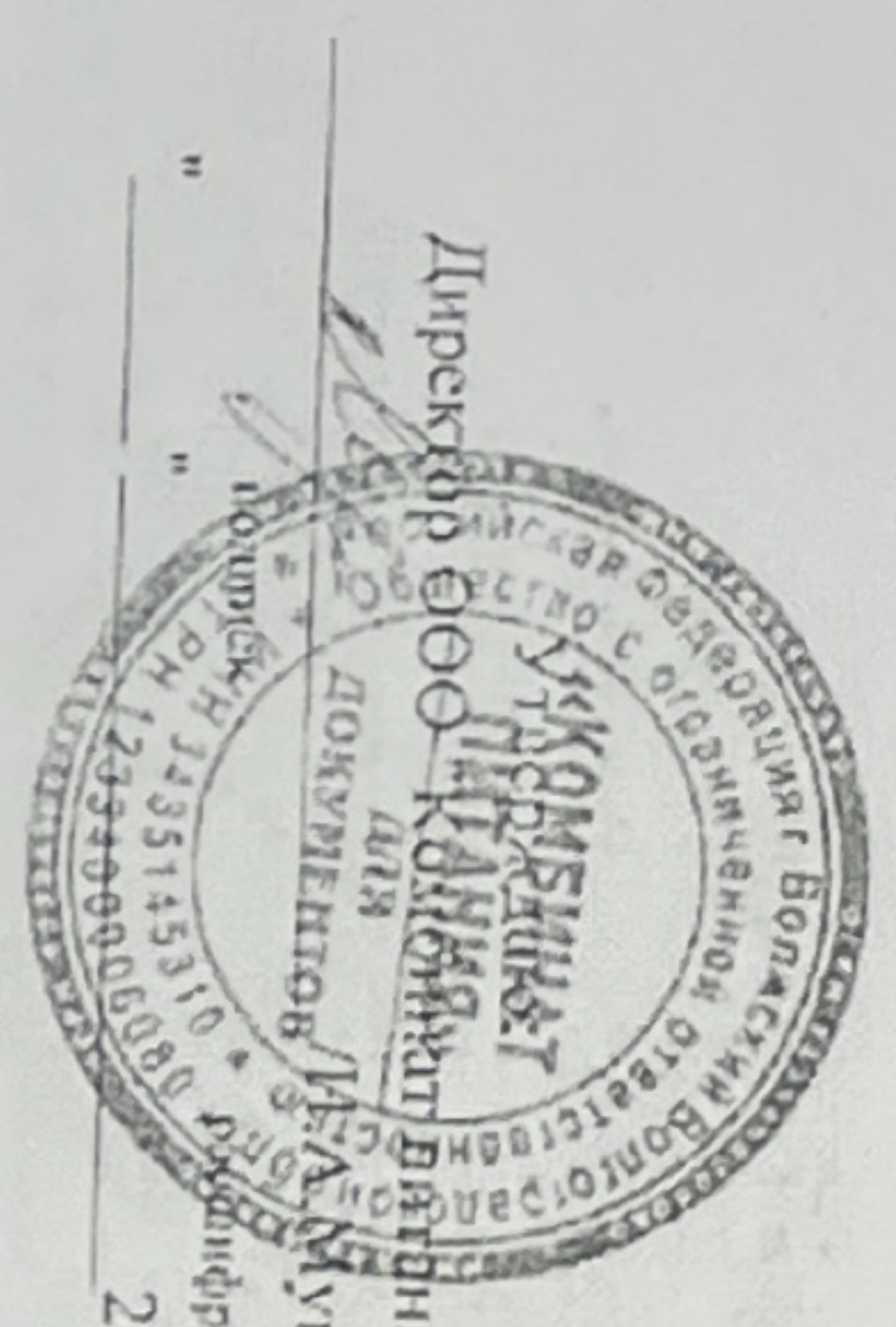
101/2004л	пирог кабачковая консервированная	60	1,63	2,82	8,72	67
ТТК 77-6/2023	котлеты мясокрупные п/ф высокой степени готовности	100	9,3	6,10	5,90	116,00
171/2017м	каша рассыпчатая гречневая с маслом	150	6,92	6,3	35	224,38
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,36	0,30	14,97	70,14
707/2004	сок фруктовый	180	0,9	0,2	17,7	80,3
	Итого	520,0	21,1	15,7	82,3	557,8
Итого завтрака по СанПиН 20%- 25% ± 5%		500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5

17.09.2025г.

18.09.2025г.



Сотиссировано:
 Директор ООО "Федеральный центр безопасности и качества питания" В.Н. Вешин
 01 "подпись" 2025г.
 расшифровка



Директор ООО "Федеральный центр безопасности и качества питания" В.Н. Вешин
 01 "подпись" 2025г.
 расшифровка

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	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

День 4

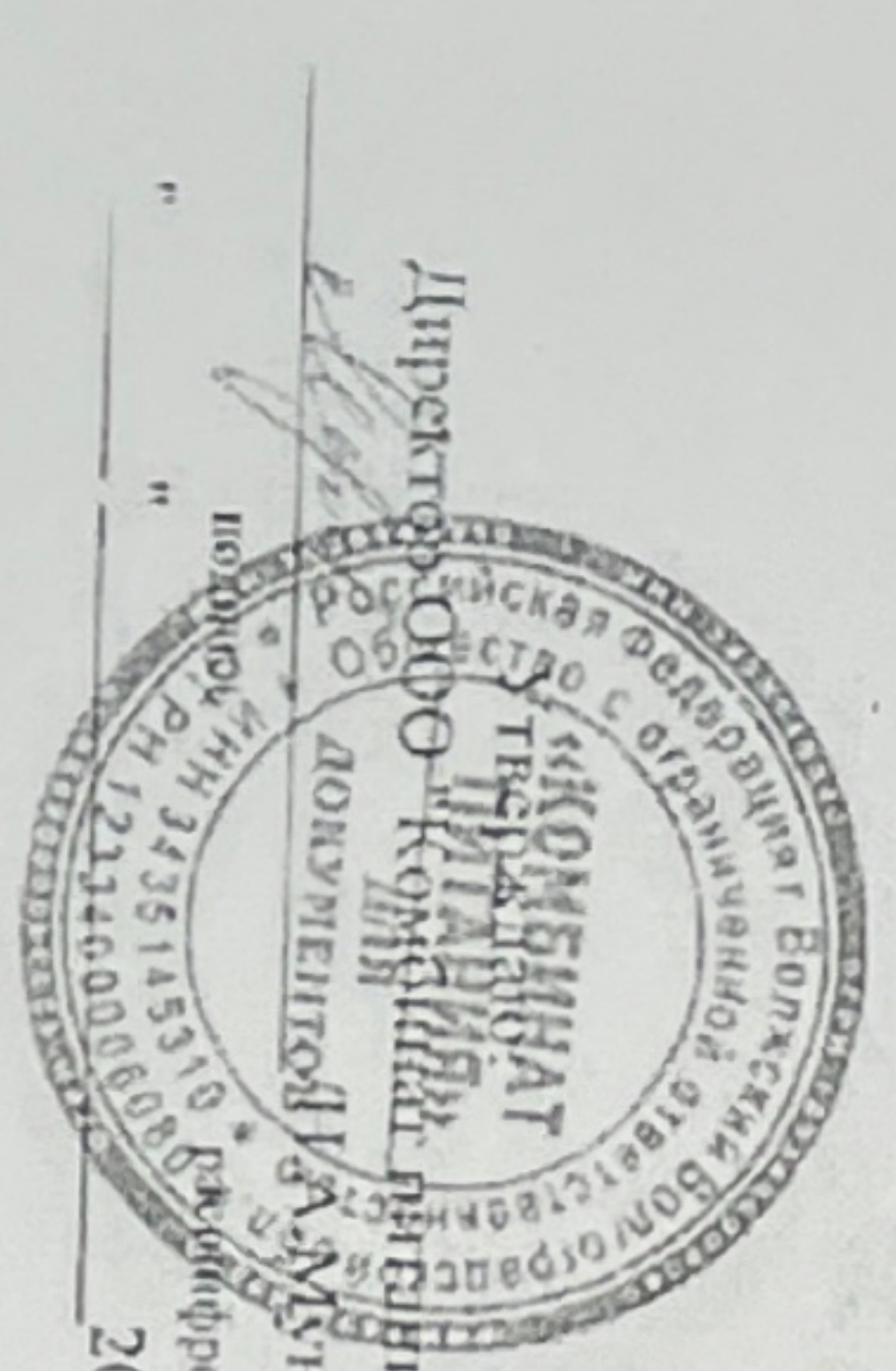
188/2017м	запеканка рисовая с творогом с молоком ступенным	170	11,77	12,93	40,86	326,89
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
701/2017м	хлеб пшеничный	30	2,36	0,30	14,97	70,14
379/2017	кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,6
	Итого	500	17,7	16,3	81,6	544,6
Норма завтрака по СанПиН 20% - 25% ± 5%		500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5

Завтрак

1909.20252



Согласовано:
 Директор Школы
 Школы № 1/8
 01.09.2025г.



Директор Школы
 Комбинат
 01.09.2025г.

№ п/п по сбор.	Наименование блюда	вес блюда	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

День 5

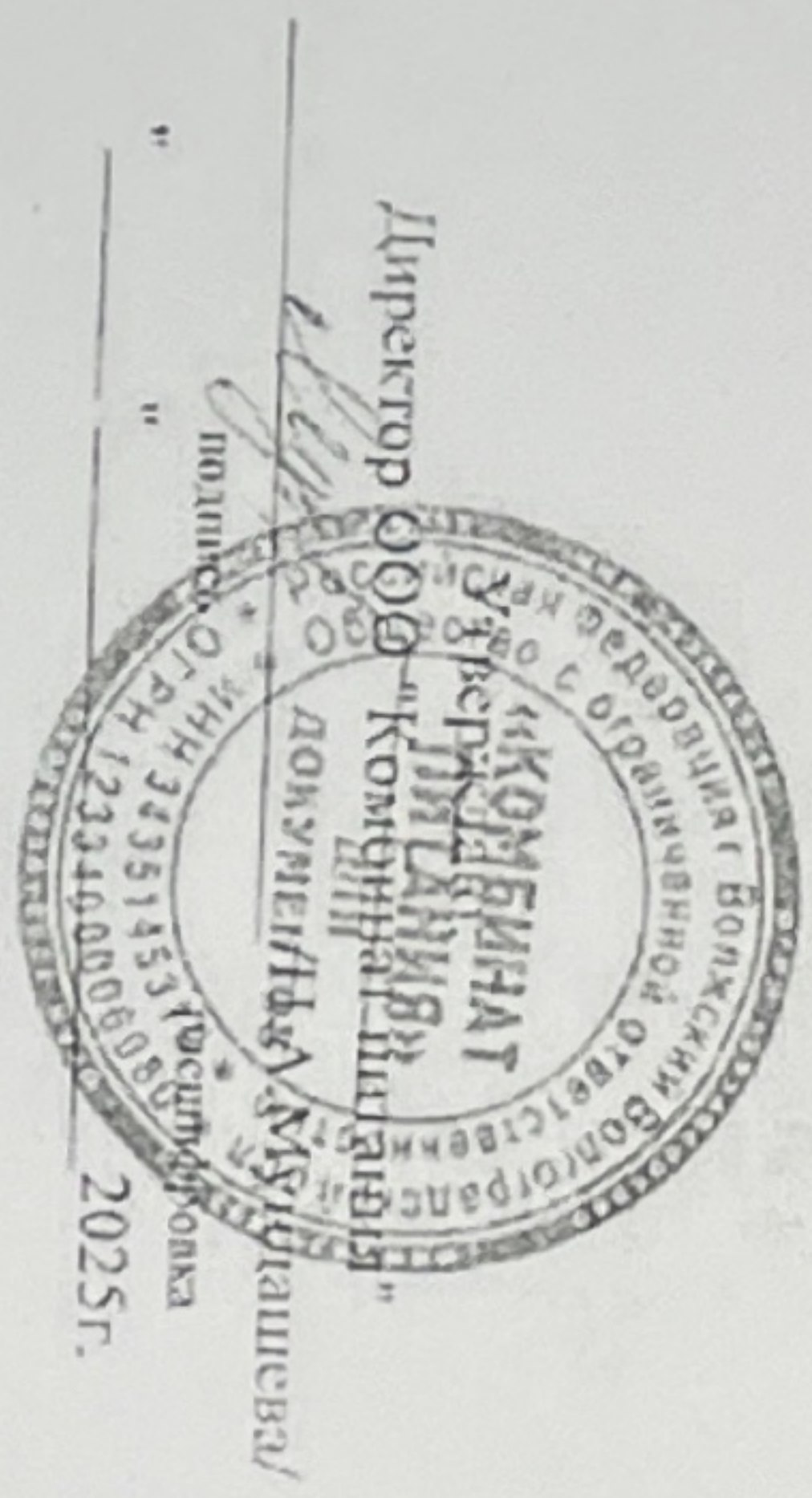
77-9/2022м	пельмени со сметаной	200	16,80	18,60	35,30	375,80
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,36	0,30	14,97	70,14
54-3тп/2022н	чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52
	Итого	530,0	19,9	19,3	70,7	536,5
	Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5

Завтрак



Согласовано:

 Подпись: _____
 2025г.



Директор ООО «КОНФИНАТ»

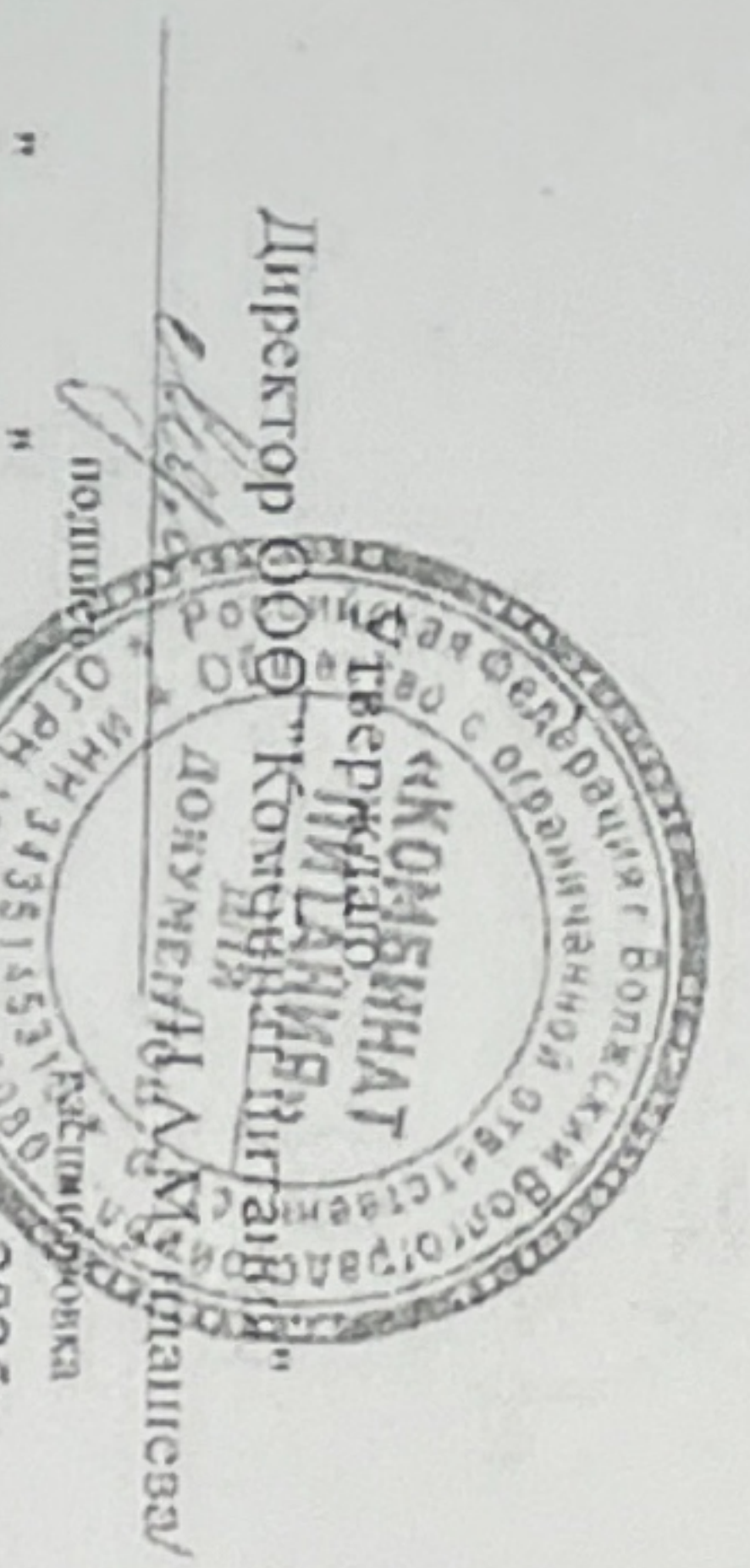
 Подпись: _____
 2025г.

№ п/п по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	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
День 6							
Завтрак							
182/2022м	каша молочная жидкая пшеничная с маслом и сахаром	200	7,80	10,80	37,10		272,80
3/2017м	бутерброд с сыром 40/5/15	60	6,69	8,38	19,38		180,27
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,36	0,30	14,97		70,14
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80		47,00
54-4гн/2022г	чай с молоком	200	1,6	1,1	12,58		66,62
	Итого	590	18,85	20,98	93,83		636,83
	Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75		470-587,5

21.09.2025



Согласовано:
Директор *И.В. Шварца*
И.В. Шварца и.в.



Директор *И.В. Шварца*
И.В. Шварца и.в.

№ п/п по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	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

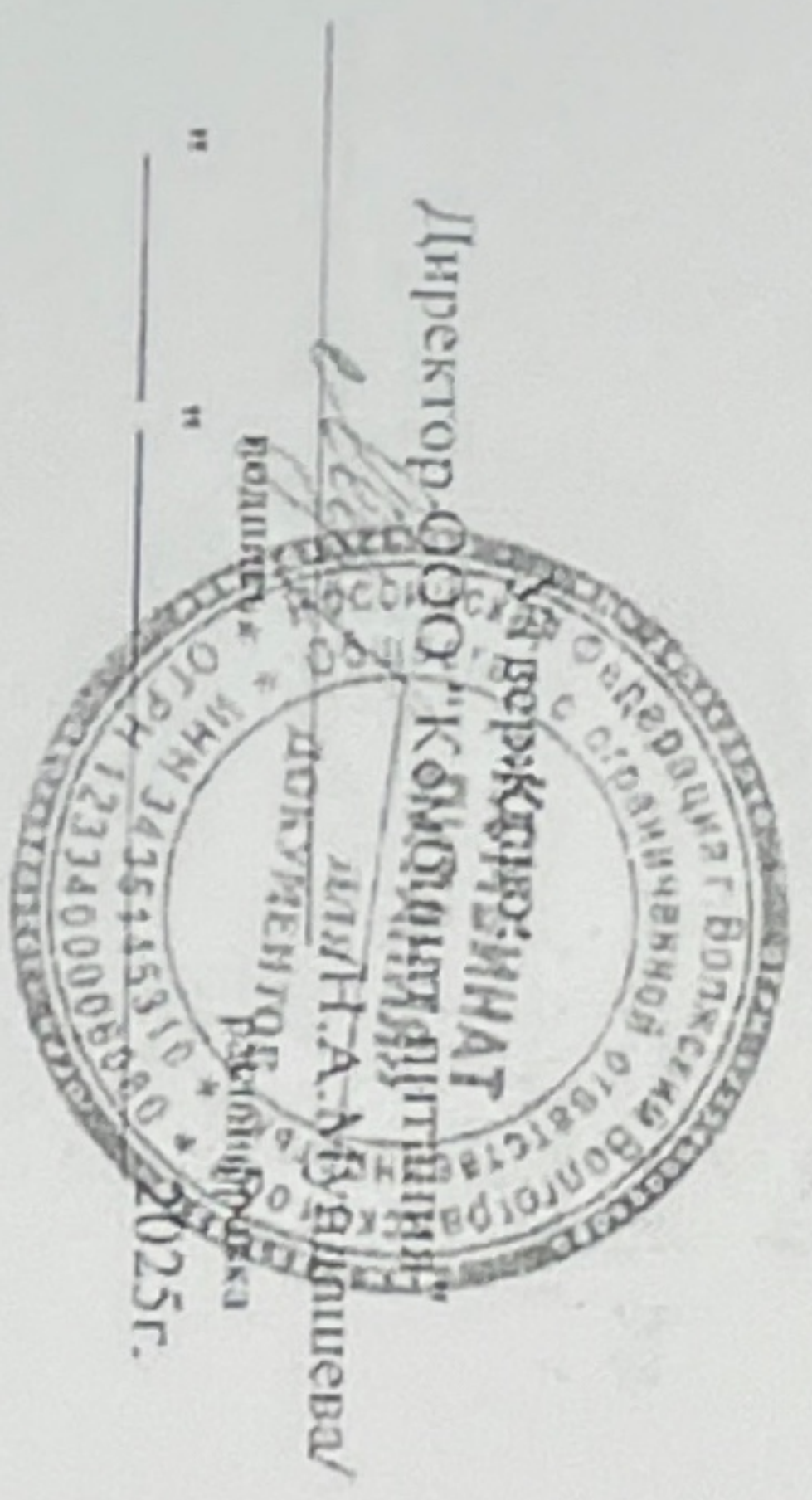
День 7

Завтрак						
47/2017	капуста квашеная с растительным маслом	60	1,02	3,00	5,07	51,42
291/2017м	плов из птицы	200	18,54	22,5	28,66	391,3
54-2тп/2022г	чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32
701/2010м	хлеб пшеничный	40	2,36	0,30	14,97	70,14
	Итого	500	22,12	25,8	59,08	555,18
	Норма завтрака по СанПиН 20% - 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5

25.09.2025



Согласовано:
Директор ООБУ "Колдунтуптин" Широба И.В.
01 " 09 2025г.



№ п/п по сбор.	Наименование блюда	вес блюда	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

День 8

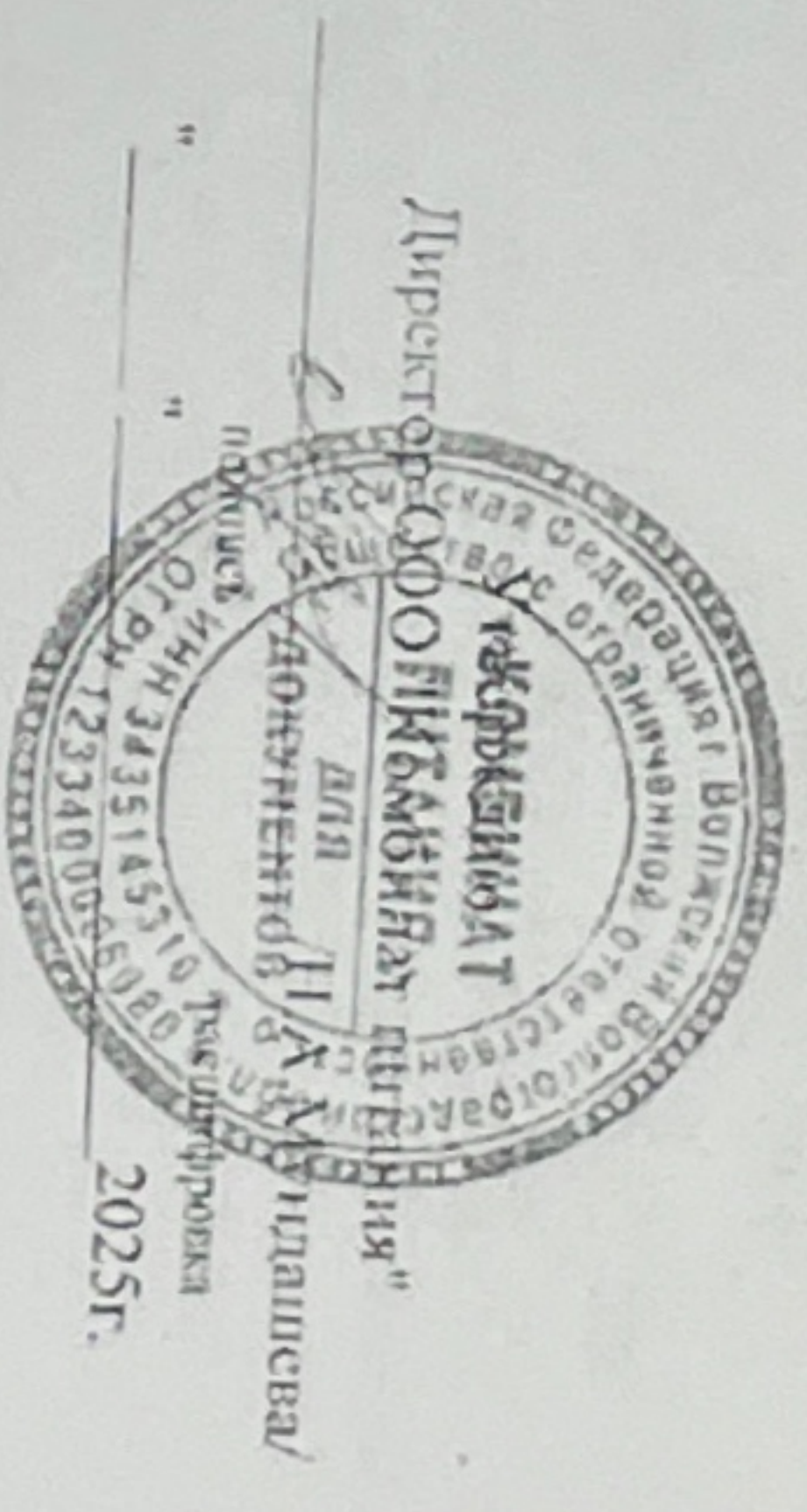
№ п/п по сбор.	Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность ккал
			Б	Ж	У		
52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	60	0,88	3,6	4,96		55,68
ТТК 77-2/2022н	котлеты куриные п/ф. высокой степени готовности, с соусом	100/20	16,43	10,50	17,28		236,02
332/2017м	картофель отварной в молоке	150	4,5	5,6	26,6		173,7
127/2017м	хлеб пшеничный	30	2,36	0,30	14,97		70,14
701/2017м	компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8		81
54-1хм/2022н	Итого	560	24,67	20	83,61		616,54
Норма завтрака по СанПиН 20%-25% ± 5%		500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75		470-587,5

Завтрак

24.09.2025г.



Согласовано:
 Директор школы
 Мещеряков С.И.
 01.09.2025
 09
 расшифровка
 2025г.



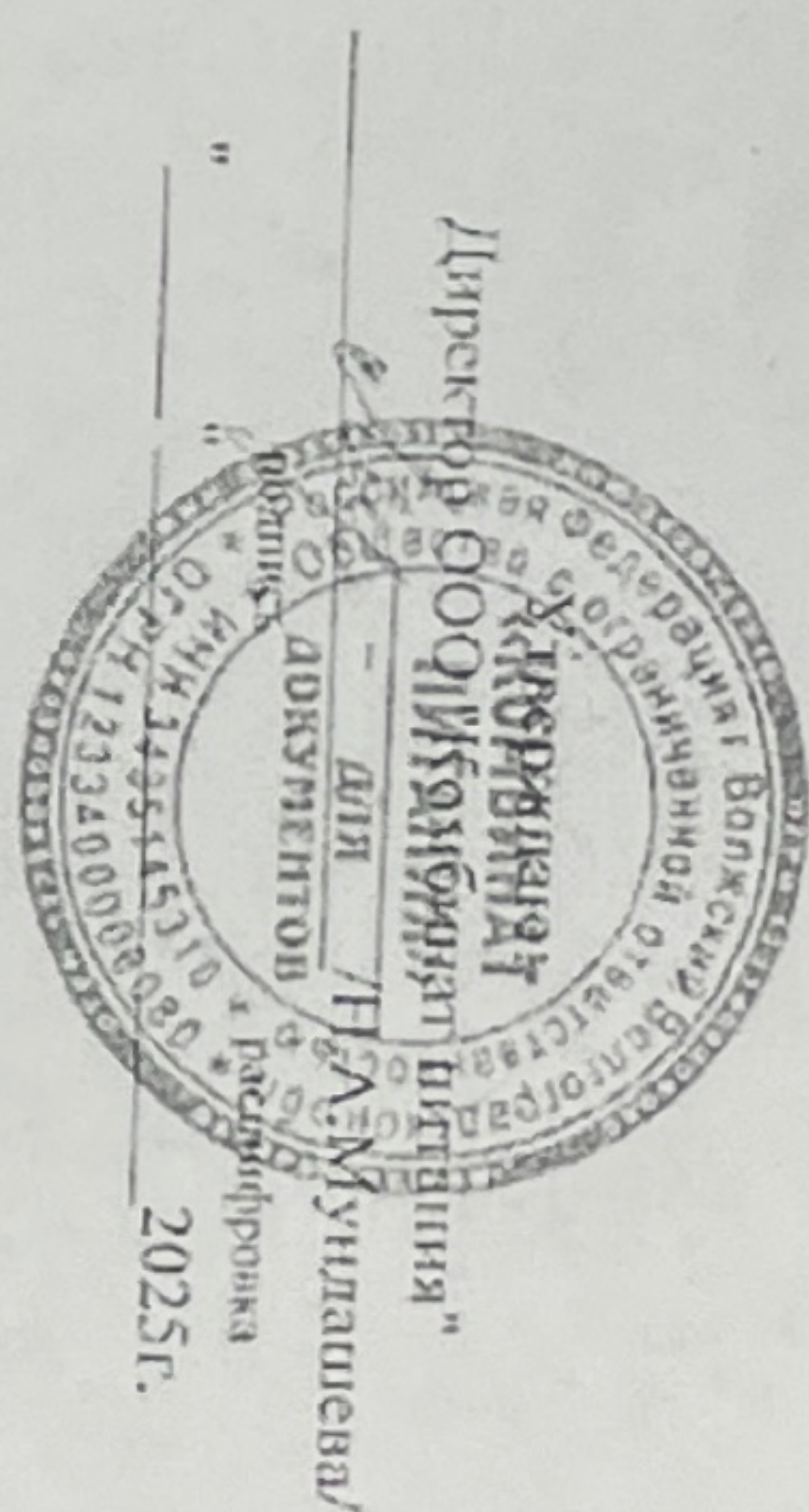
Директор школы
 Мещеряков С.И.
 01.09.2025
 09
 расшифровка
 2025г.

№ п/п по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г			Энергет. ценность ккал 7-11 лет
			Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет	
День 9						
ТТК 77-11/2023	вареники с картофелем и сметаной 180/20	200	11,77	12,93	40,86	326,89
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
701/2017м	хлеб пшеничный	30	2,36	0,30	14,97	70,14
379/2017	кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,6
	Итого	530	17,7	16,3	81,6	544,6
Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%		500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5

25.09.2025г



Сотрудник:
Иванов И.И.
Подпись: И.И. Иванов
Расшифровка:
2025г.



2025г.

№ п/п 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

131/2017м	Овощи консервированные (зеленый горошек)	60	1,70	0,10	3,50	22,10
77-5/332/ 2017м	Тесто из п.ф с соусом томатным 100/20	120	10,58	14,3	3,44	185,02
203/2017м	Макароны отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80
54-1хл/2022м	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
701/2017м	Хлеб пшеничный	40	3,15	0,40	19,33	93,52
	Итого	570	21,33	19,70	78,87	578,44
	Норма завтрака по СанПиН 20% - 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5
	Всего за 10 дней	5400,00	201,23	193,74	788,46	5681,35
	Средний суточный рацион	540	20,123	19,37	78,85	568,14

Норма завтрака по СанПиН 20% - 25% ± 5%

500

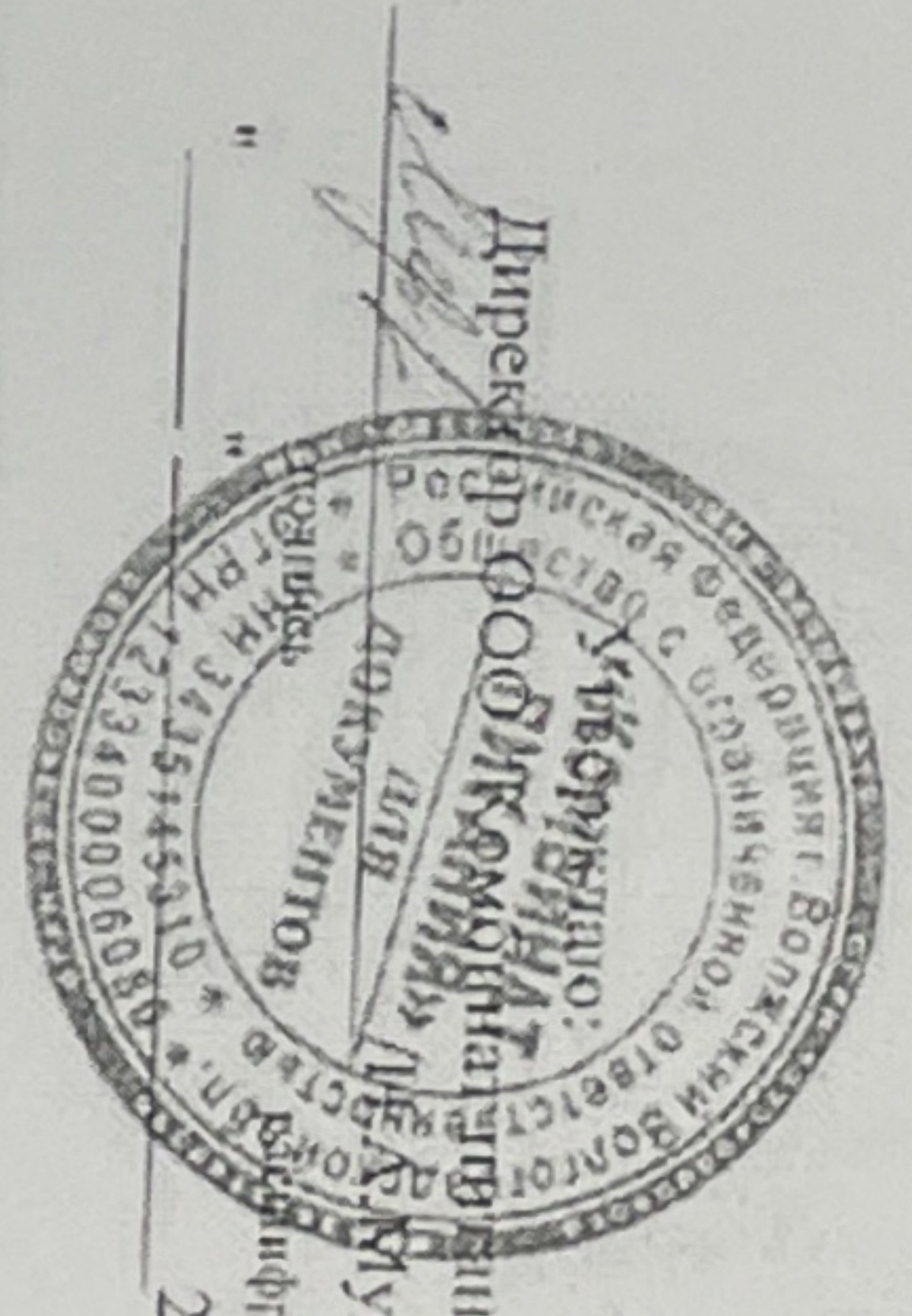
15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5
------------	------------	----------	-----------

26.09.2025г.

29.09.2025



Сот. хасованно:
Директор ООО "Федеральный центр безопасности и качества питания"
Иванова
расшифровка
2025г.



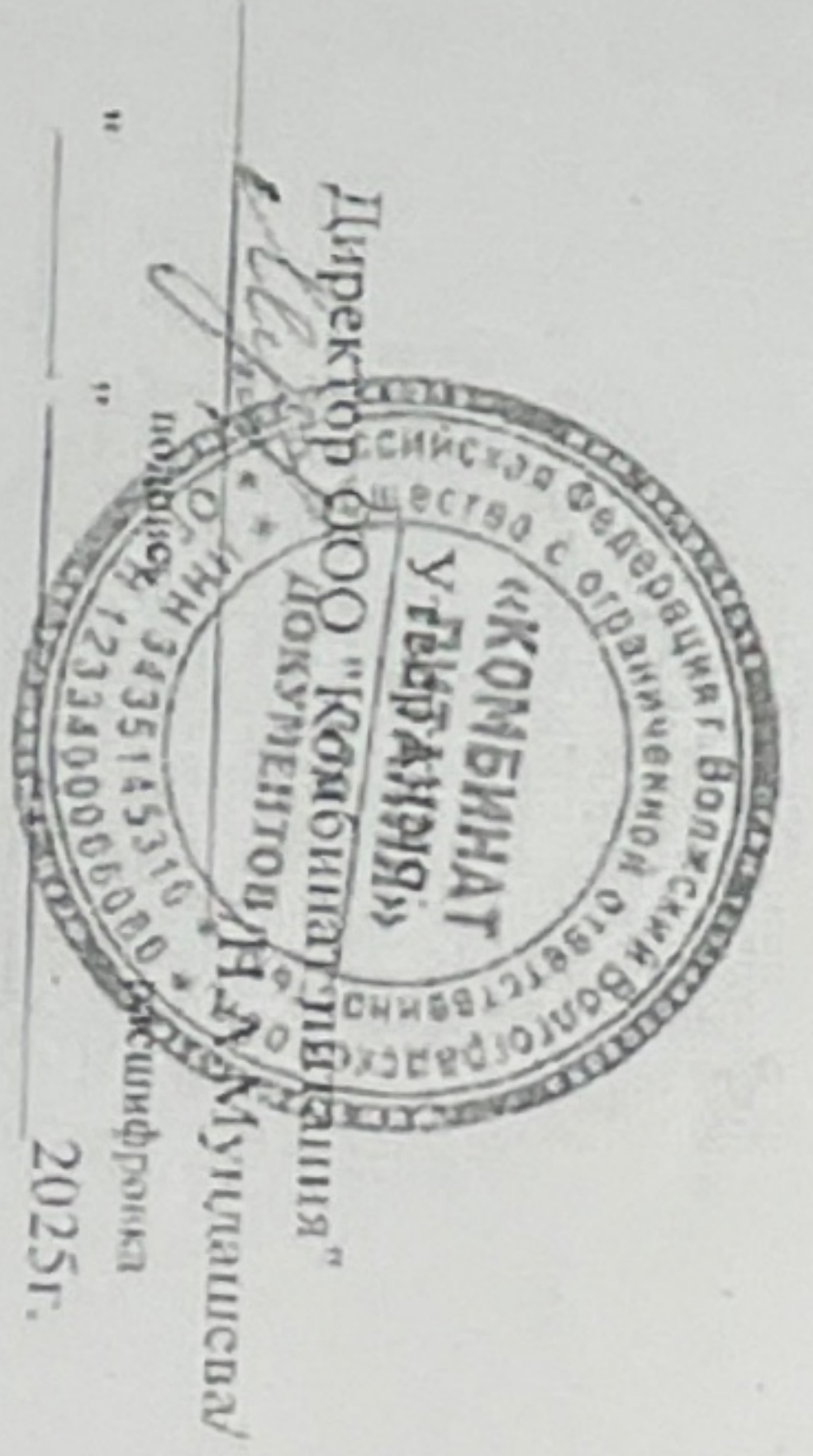
Директор ООО "Федеральный центр безопасности и качества питания"
Иванова
расшифровка
2025г.

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	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	
День 1							
182/2017м	каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	200	7,82	10,26	35,40	241,22	
п.т	кондитерское изделие	30	4,83	4,96	13,11	116,40	
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,36	0,30	14,97	70,14	
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	
54-4тн/2022н	чай с молоком	200	1,6	1,1	12,58	66,62	
	Итого	560	17,01	17,02	85,86	541,38	
Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%		500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	

Завтрак



Директор ООО "Комбинат питания"
Иванов И.В.
2025г.



Директор ООО "Комбинат питания"
Иванов И.В.
2025г.

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

День 2

Завтрак						
47/2017	капуста квашеная с растительным маслом	60	1,02	3,00	5,07	51,42
246/2017м	гуляш из отварного мяса говядина	100	11,90	14,40	7,89	208,76
203/2017м	макароны отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,36	0,30	14,97	70,14
54-2гн/2022н	чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32
	Итого	540	20,88	22,60	71,11	569,44
	Норма завтрака по СанПиН 20%-25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5

30.09.2025г.