



Утверждено  
 Директор ООО "Бизнес Консалтинг"  
 [Подпись] Королёвско Е.Ю.



Согласовано:  
 директор  
 [Подпись]

10-ти дневное меню для обеспечения питания обучающихся возрастной группы 7-11 лет

1.09.2012

№ п/п	Наименование блюд	Пищевые вещества/			энерг. ценность		
		Б	Ж	У	ккал	кДж	с
1	вес блюда	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет
2							

**Вариант 1**

Сборник рецептов для редакции МП Могильного и В.А. Гутельмана, - 2017г.-  
 544с. Сборник рецептов и кулинарных вставок для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под редакцией В.Г. Лапиной.- М. 2004.- 640с. Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. М.: ДеЛи Принт, 2008.- 276с. Скурутин И.М., Гутельман В.А

**Завтрак**

182/2017м	молодая жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	200	7,10	11,66	40,25	285,45	1,17
374/2017м	блинчики с повидлом	70	3,15	1,68	21,95	115,62	0,03
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	0,00
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	200	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
376/2017м	чай с сахаром	200	0,07	0,02	1,5	60	0,3
	<b>Итого</b>	<b>600</b>	<b>13,03</b>	<b>14,48</b>	<b>103,02</b>	<b>597,87</b>	<b>11,5</b>

Норма завтрака по СанПиН 2009-2596 ± 5% 500 15,4-19,23 15,8-19,75 67-83,75 470-587,5

Подпись: [Подпись]