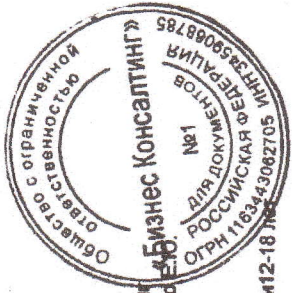


Согласовано
директор *В.В. Давыдов*



Утверждено
Бизнес Консалтинг
Кортоножко Е.Ю.

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

Неделя 1

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб. блюдо		вес блюда		Пищевые вещества/г/жк						Энергет. ценность		Витамины (мг)		
		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	
1	2															

день 5
Завтрак
Сборник рецептов под редакцией ИП Могильного и В.А. Тудельмана, - 2017г-544с; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах

- Под редакцией В.Т. Лапшиной.-М. 2004.- 640с; Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник.-М.; Дельта Принт, 2008.-276с. Скрутин И.М., Тудельман

№ рец.	Наименование блюда	Цена руб. блюдо		вес блюда		Пищевые вещества/г/жк						Энергет. ценность		Витамины (мг)	
		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
313	тфтели с соусом	36	100	7,78	7,78	10,75	10,75	10,75	10,75	3,15	3,15	194,4	194,4	0,35	0,35
171	каша рассыпчатая пшеничная	12	150	6,84	8,2	1,94	2,32	2,32	2,32	39,23	35,07	260	311,95	0	0
338	фрукт свежий (яблоко)	15	100	0,13	0,13	0	0	0	0	10	10	38,67	38,67	1,47	1,47
701	хлеб пшеничный	5,78	20	1,54	2,31	0,48	0,72	0,72	0,72	10,68	16,02	53,2	79,8	0	0
377	чай с сахаром и лимоном	16	200	0,13	0,13	0,02	0,02	0,02	0,02	15,2	15,2	62	62	0,3	0,3
п.г	йогурт в индивидуальной упаковке	28	95	11	11	3	3	3	3	1	1	37	37	0	0
	Итого	112,78	665	27,42	29,55	16,19	16,81	16,81	16,81	79,26	80,44	645,27	723,82	2,12	2,12
	Норма завтрака по СанПиН 20%- 25% ± 5%	500	560	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	18-23	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680		

Тювар. Дук