



Утверждено  
Бизнес Консалтинг  
Кортоножко Е.Ю.

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

3.04.23

№ рец. по сбор.	Наименование блюд.	Цена руб		вес блока		Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность		Витамины (мг)		
		блюда	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	
1	Завтрак															
182	каша рисовая молочная жидкая с сахаром	40	200	200	4,08	5,52	5,52	34,72	34,72	232,8	232,8	0,48				
338	Фрукт свежий (яблоко)	20	100	100	0,40	0,40	0,40	10,00	10,00	47,00	47,00	10,00				
15	сыр порция	18	10	10	2,63	2,66	2,66	0,00	0,00	36,00	36,00	0,21				
376	чай с сахаром	15	200	200	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3				
701	хлеб пшеничный	5,7	40	50	3,85	1,00	1,25	21,36	26,70	114,40	143,00	0,00				
	Итого	98,70	550	560	11,03	9,6	9,85	81,08	86,42	490,2	518,8	10,99				
	Плюс завтрак по СанПиН 2196-255, т.376		500	550	18,22,5	13,8-19,75	18,23	67,81,75	76,6-95,75	470-587,5	544,680					

Товар: Буханка

Под редакцией В.Т. Лапиной.-М. 2004.- 640с; Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник, М.: Дели Принт, 2008.-276с. Скурткин И.М., Тугельман В.А. Тугельман