

5.05.23



10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11и12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	вес блюда		Б		Ж		У		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
1	2	бюло												

Вариант 5
Сборник рецептов под редакцией НИИ Медицинской и Вет. Тувальевна - 2017г 54стр Сборник рецептов Завтрак

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.: Делта Принт. 2008. - 276с. Скурткин И.М., Тувальман

В.А

291	Плов из птицы	57	250	250	23,18	23,18	13,08	13,08	31,50	31,50	337,00	337,00	0,60	0,60
75	Икра морковная	20	60	100	1,20	2,00	4,20	7,00	6,00	10,00	67,98	113,30	0,21	0,21
701	Хлеб пшеничный	5,7	40	50	3,08	3,85	1,00	1,25	21,36	26,70	114,40	143,00	0,00	0,00
377	Чай с сахаром и лимонном	16	200	200	0,13	0,13	0,02	0,02	15,2	15,2	62	62	0,3	0,3
	Итого	98,70	550	600	27,59	29,16	18,3	21,35	74,06	83,4	581,38	655,3	1,11	1,11
Норма выдана по Седлин 2006 г 250г в 50г			500	550	15,4-19,35	16-22,5	15,8-19,75	18-23	47-61,75	76,6-95,75	170-587,5	544-680		

Лобар: Бухгалтер