



Утверждено  
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"  
Кортолюкко Е.Ю.

Согласовано  
директор

10-ти дневное меню для обеспечения учащихся питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 7-11 лет

609.22

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г			энерг. ценность/ккал		Витамины (мг. с 7-11 лет
			Б	Ж	У	7-11 лет	7-11 лет	
1	2							

Вариант 4

Сборник рецептов под редакцией МП. Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г  
544с; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под редакцией В.Т. Ляшиной.-М., 2004.-640с; Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник.-М.; ДеЛи

№ рецепта	наименование	вес	Б	Ж	У	ккал	Витамины (мг.)
70/71/2017м	овощи по сезону (огурец свежий; голубой)	60	0,48	0,06	1,14	7,2	2,45
234/331/2017м	котлета рыбная с соусом	100/20	10,32	8,40	14,41	174,00	0,34
305/0017м	рис припущенный	150	3,60	9,00	35,70	199,95	0,00
70/12010м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	0,00
376/2017м	чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	0,3
	Итого	560	16,78	18,2	82,27	520,95	3,09

Норма завтрака по СанПиН 2094-2566-05	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5
---------------------------------------	-----	------------	------------	----------	-----------

Товар: 1444