

Согласовано:
 директор О.В. Куркина

Утверждено
 Бизнес-Кансалтинг
 /Кортоножко Е.Ю.

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

6.10.2022

№ реч. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб. блюдо		вес блюда		Пищевые вещества/г				Энергет. ценность ккал				Витамины (мг)	
		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	

Вариант 9
 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. Лапшиной. -М. 2004- 640с; Таблицы Химического состава и колорийности российских продуктов питания: Справочник, М.: Делм Принт, 2008.-276с. Скуртун И.М., Тутельман

291	101	701	377	Итого	В.А		280	250	50	13	20	30	200	500	560	18,22,5	15,8-19,75	18-23	44,66	2,64	26,70	15,2	78,52	94,55	381,66	12,84	79,80	62	645,29	427,45	12,84	143,00	62	1,11	1,11		
					7-11 лет	12-18 лет																															
					плов из птицы	50	250	280	21,00	23,52	13,08	14,65	50,01	44,66	2,64	2,64	16,02	15,2	15,2	13,88	15,98	13,88	15,98	78,52	94,55	381,66	12,84	79,80	62	645,29	427,45	12,84	143,00	62	1,11	1,11	
					орезки консервированные (зеленый горошек)	13	20	20	0,45	0,45	0,06	0,06	2,64	2,64	2,64	2,64	16,02	15,2	15,2	13,88	15,98	13,88	15,98	78,52	94,55	381,66	12,84	79,80	62	645,29	427,45	12,84	143,00	62	1,11	1,11	
					хлеб пшеничный	5,8	30	50	2,31	3,85	0,72	1,25	26,70	16,02	26,70	16,02	16,02	16,02	16,02	13,88	15,98	13,88	15,98	78,52	94,55	381,66	12,84	79,80	62	645,29	427,45	12,84	143,00	62	1,11	1,11	
					чай с сахаром и лимоном	16	200	200	0,13	0,13	0,02	0,02	15,2	15,2	15,2	15,2	15,2	15,2	15,2	13,88	15,98	13,88	15,98	78,52	94,55	381,66	12,84	79,80	62	645,29	427,45	12,84	143,00	62	1,11	1,11	
					Итого	84,80	500	550	23,89	27,95	13,88	15,98	78,52	94,55	381,66	12,84	143,00	62	1,11	1,11	1,11	1,11	1,11	1,11	78,52	94,55	381,66	12,84	79,80	62	645,29	427,45	12,84	143,00	62	1,11	1,11
					Итого	15,4-19,25	18,22,5	550	15,4-19,25	18,22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680																					

Норма завтрака по СметЛин. 20% ± 5%

Ю.Вар. Куркина