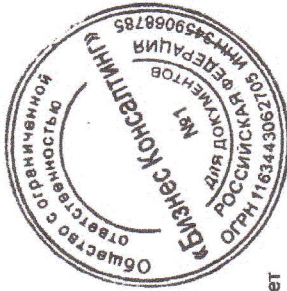


Согласовано  
Директор

Утверждено  
Бизнес-консалтинг  
Директор



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

7.12.2022

Неделя 2

№ рещ. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб		вес блюда		Пищевые вещества/г						Энергет. ценность		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	7-11 лет

день 8

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тупельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах  
Под редакцией В.Т. Лапиной.-М. 2004.- 640с; Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник.-М.; Делли Принт, 2008.-276с. Скуртгин И.М., Тупельян

Завтрак

№	Наименование	Цена руб		вес блюда		Пищевые вещества/г						Энергет. ценность		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	7-11 лет
33	свекла отварная с маслом	12	100	60	100	0,85	1,42	3,65	6,08	5,02	8,36	68,34	93,9	0,07	0,07
643	гуляш	40	100	90	100	12,33	13,7	12,06	13,4	25,2	28	168,3	187	0,3	0,33
310	картофель отварной	12	180	150	180	3	3,6	0,6	0,72	23,7	28,44	112,2	134,64	21,75	21,75
701	хлеб пшеничный	5,78	30	30	30	2,31	2,31	0,72	0,72	16,02	16,02	79,8	79,8	0	0
п.т	йогурт в индивидуальной упаковке	28	95	95	95	11	11	3	3	1	1	37	37	0	0
376	чай с сахаром	15	200	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3
	Итого	112,78	705	625	705	29,56	32,1	20,05	23,94	85,94	96,82	525,64	592,34	22,42	22,45
	Норма завтрака по СанПиТ		500		550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,8-95,75	470-587,5	544-680		

Тупельян