

Согласовано И.О.В. Шурцева
 директор

Утверждено
 Бизнес-Консалтинг
 /Кортоножко Е.Ю.

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

8.09.2022

№ рецеп. 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	С

Вариан 3
 Завтрак

Сборник рецептов под редакцией МП Могильского и В.А. Тутельмана, - 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.; Дели Принт, 2008. - 275с. Скуртун И.И., Тутельман

№ рецеп. 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	С	
291	плов из птицы	50		200		23,52	13,08	14,65	44,66	50,01	381,66	427,05	0,60	0,60
101	салата картофельный (зеленый горошек)	13		20		0,45	0,06	0,06	2,64	2,64	12,84	12,84	0,21	0,21
701	хлеб пшеничный	5,8		30		3,85	0,72	1,25	16,02	26,70	79,80	145,00	0,00	0,00
377	чай с сахаром и лимоном	16		200		0,13	0,02	0,02	35,2	35,2	62	62	0,3	0,3
	Итого	84,80		500		27,95	13,88	15,98	78,52	94,55	536,3	645,29	1,11	1,11
	Норма завтрака на 1 чел/сут. 30% - 15%			550		19-22,5	13-8-10,76	19-23	67-83,75	76-696,75	470-517,5	544-680		

Итого: 84,80 руб.