



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

№ по сбор.	1	2	Цена руб	вес блюда	Пищевые вещества				Энерг. ценность		Витамины (мг)	
					Б	Ж	У	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет

Вариант 4

Сборник рецептов для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 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.: ДеЛи Принт, 2008. -276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А.

ТТК 77/1	готовности	45	100	100	100	12,30	12,30	4,70	4,70	6,90	6,90	119,00	119,00	0,70	0,70
331	суп с мясным с томатом	8	20	20	20	0,3	0,3	0,99	0,99	1,40	1,40	16,02	16,02	0,26	0,26
171	каша рисовая рассыпчатая	25	150	180	180	3,70	4,43	4,80	5,76	36,50	43,80	203,50	244,20	0,00	0,00
701	хлеб пшеничный	5,7	40	50	50	3,08	3,85	1,00	1,25	21,36	26,70	114,40	143,00	0,00	0,00
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		98,70	510	550	550	19,49	20,99	11,51	12,72	81,16	93,80	512,92	582,22	1,26	1,26

Норма калорийности по СанПиН 2009. 2000 ккал, ± 5%

Норма калорийности по СанПиН 2009. 2000 ккал, ± 5%