

Утверждено
 Бизнес Кансалтинг
 Кортоножко Е.Ю.

Согласовано:
 директор О. Д. В. Куркина

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

9.09.2022

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб		вес блюда		Пищевые вещества/g/l				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
1	2												

Завтрак

Вариант 10
 Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тугельяна, -2017г 544с; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах

Под редакцией В.Т. Лалшиной.-М. 2004.-640с; Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник.-М., ДеЛи Принт, 2008.-276с. Скрутки И.М., Тугельман

В.А.

313	котлета рубленая куриная с соусом	29	100	100	10,58	10,58	4,52	8,05	8,05	115,30	115,30	3,73	3,73
305	рис припущенный	20	150	150	3,60	3,60	9,00	35,70	35,70	199,95	199,95	0,00	0,00
292	чай с сахаром	15	200	200	0,07	0,07	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3
701	хлеб пшеничный	5,8	30	30	1,54	2,31	0,48	10,68	16,02	53,20	79,80	0,05	0,00
338	фруктоза (сахарозаменитель)	15	100	20	0,13	0,06	0,33	10,00	10,00	38,67	18,67	1,43	1,47
376	штрудель	84,80	500	380	18,92	18,04	12,03	79,43	94,18	467,12	430,21	5,55	5,82
	Итого за день (Средний день 70г. В.А.)		550	550	18,22	18,22	15,87	107,81	126,89	170,84	170,84	5,22	5,22
	Всего за 10 дней		5500	5500	182,20	182,20	158,65	1078,10	1268,90	1708,40	1708,40	52,20	52,20
	Средний суточный рацион		550	550	18,22	18,22	15,87	107,81	126,89	170,84	170,84	5,22	5,22

Формы утверждены в СанПиН 2006, 2008, 1.00%

Юбер: мур