

Согласовано:
директор



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

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

Вариант 1

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

Завтрак

Под редакцией В.Т. Лапшиной.- М. 2004.- 640с; Га блыца Хімічнага састава і калорыйнасці русійскіх прадуктаў лiтанія: Справочник.- М.; Делли Принт, 2008.-278с. Скуртун И.М., Тутельяна

№	наименование	Цена руб. блюдо		вес блюда		Пищевые вещества/g			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	
520	каша молочная Двукроза	30,00		150	180	3,15	3,78	6,75	8,10	21,62	25,94	163,50	196,20	0,72	0,72
374	Блинчики со сливочным молоком	19		70	70	9,88	9,88	4,75	4,75	2,3	2,3	91,98	91,98	0,74	0,74
701	хлеб пшеничный	5,8		30	30	2,31	2,31	0,72	0,72	16,02	16,02	79,80	79,80	0,00	0,00
338	Фрукт свежий (яблоко)	15		100	100	0,13	0,13	0,00	0,00	10,00	10,00	38,67	38,67	1,47	1,47
376	чай с сахаром	15		200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3
	Итого	84,80		550	580	15,54	16,17	12,24	13,59	64,94	69,26	433,95	466,65	3,23	3,23

В.А

Норма завтрака по СанПиН 2006, 25% ± 5%	500	560	15,4-19,25	16-22,5	15,8-19,75	16-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-660
---	-----	-----	------------	---------	------------	-------	----------	------------	-----------	---------

Получено: 10.10.2022