



Согласовано
директор



Утверждено
Бизнес Консалтинг
Жортоножко Е.Ю.

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

12.05.23

№ реч. 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	7-11 лет	12-18 лет		
1	2															

Вариант 5

Завтрак

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 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 калорийности российских продуктов питания: Справочник.- М.; Делта Принт, 2008.- 276с. Скуругин И.М., Тутельяна

В.А

ТТК 77/5	готовности	36	100	100	10,00	10,00	13,30	13,30	2,30	2,30	169,00	169,00	0,35	0,35
331	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	10	20	20	0,3	0,3	0,99	0,99	1,40	1,40	16,02	16,02	0,26	0,26
171	каша рассыпчатая пшеничая	15	150	150	8,30	8,30	6,30	6,30	36,00	36,00	233,70	233,70	0,00	0,00
701	хлеб пшеничный	5,25	20	30	1,54	2,31	0,48	0,72	10,68	16,02	53,20	79,80	0,00	0,00
377	чай с сахаром и лимоном	16	200	200	0,13	0,13	0,02	0,02	15,2	15,2	62	62	0,3	0,3
	Итого	82,25	490,0	500,0	20,3	21,1	21,1	21,3	65,6	70,9	533,9	560,5	0,9	0,9
Норма завтрака по СанПиН 20%± 5%.		500	550	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-690		

То вап. Тутельяна