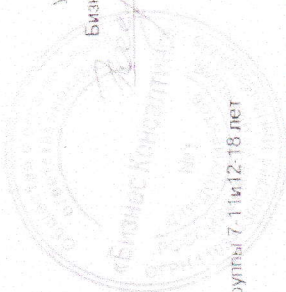




Утверждено  
 Бизнес Консалтинг  
 /Кортоножо Е.Ю.



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

1303.23

№ рец по сбор.	Наименование блюд	Цена руб		вес блюда		Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность		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	7-11 лет	12-18 лет
1																

Завтрак

вариант 6  
 Средний экзemplar под редакцией М.И. Мельниченко и В.А. Тутельмана, 2011г. 344с. Сборник рецептов

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																	
182	каша рисовая молочная жидкая с сахаром	40	200	200	4,08	4,08	5,52	34,72	34,72	232,8	232,8	0,48	0,48	10,00	10,00	47,00	47,00
338	Фрукт свежий (яблоко)	20	100	100	0,40	0,40	0,40	10,00	10,00	47,00	47,00	10,00	10,00	47,00	47,00	10,00	10,00
15	Сыр порция	18	10	10	2,63	2,63	2,66	0,00	0,00	36,00	36,00	0,21	0,21	36,00	36,00	0,21	0,21
376	чай с сахаром	15	200	200	0,07	0,07	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3	60	60	0,3	0,3
701	хлеб пшеничный	5,7	40	50	3,08	3,85	1,00	21,36	26,70	114,40	143,00	0,00	0,00	143,00	143,00	0,00	0,00
	Итого	<b>98,70</b>	<b>550</b>	<b>550</b>	<b>10,26</b>	<b>11,03</b>	<b>9,6</b>	<b>81,08</b>	<b>86,42</b>	<b>490,2</b>	<b>518,8</b>	<b>10,99</b>	<b>10,99</b>	<b>490,2</b>	<b>518,8</b>	<b>10,99</b>	<b>10,99</b>
	Норма завтрака по СанПиН 206-25% 1,3%		500	500	15,4-19,25	18,22,5	15,8-19,73	67,83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680						

Тутельман