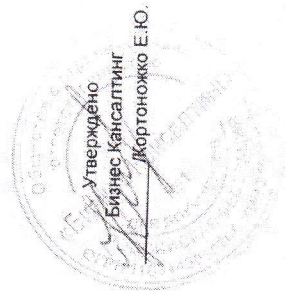


Согласовано:
директор _____



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

13.10.2022

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб. блюда		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	С

Вариант 4

Завтрак

Сборник рецептов под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, -2017г. 544с.; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под редакцией В.Т. Лапиной. -М. 2004г. 640с.; Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. -М.: Дели Принт, 2008. -276с. Скрутки И.М., Тутельман

313	котлета рыбная с соусом	44	100	100	6,73	8,02	8,02	5,04	5,04	115,30	115,30	0,70	0,70
305	рис припущенный	20	160	200	3,84	9,60	12,00	38,08	47,60	213,28	296,22	0,00	0,00
701	хлеб пшеничный	5,8	40	50	3,08	1,00	1,25	21,36	26,70	114,40	143,00	0,00	0,00
376	чай с сахаром	15	200	200	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3
	Итого	84,80	500	550	13,72	18,64	21,29	79,48	94,34	502,98	614,52	1,00	1,00
	Норма завтрака по СанПиН 20% ± 3%		500	680	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680	

Товар: суп