



Утверждено  
Бизнес Консалтинг  
Кортоножко Е.Ю.

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

18.02.23

№ ред. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб		вс блюда		Пищевые вещества/г/100г						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	

Вариант 10

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. Лапиной.-М. 2004.- 640с; Таблицы Химического состава и калорийности

российских продуктов питания: Справочник, М.: Дели Принт, 2008.- 276с. Скуратин И.М., Тутельман

В.А

ТТК 77/2	котлета куриная из п/ф высокой степени готовности	35	100	100	100	15,85	15,85	16,14	16,14	9,50	9,50	16,14	16,14	220,00	220,00	3,73	3,73
331	соус сметанный с томатом	3	20	20	20	0,3	0,3	1,40	1,40	0,99	0,99	1,40	1,40	16,02	16,02	0,26	0,26
54-21г	горошница	20	150	150	150	8,87	8,87	33,80	33,80	3,73	3,73	33,80	33,80	204,00	204,00	0,00	0,00
292	чай с сахаром	15	200	200	200	0,07	0,07	15	15	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3
701	хлеб пшеничный	5,7	20	20	30	1,54	2,31	10,68	16,02	0,48	0,72	10,68	16,02	53,20	79,80	0,00	0,00
338	фрукт свежий (блоко)	20	100	100	100	0,40	0,40	10,00	10,00	0,40	0,40	10,00	10,00	47,00	47,00	10,00	10,00
376	Итого	98,70	590	590	600	27,07	27,84	87,02	92,36	15,12	15,36	87,02	92,36	600,22	626,82	14,29	14,29

Норма завтрака по СанПиН, 20% ± 5%		15.1.19.23	18.22.5	15.8.19.15	18.23	67.83.75	76.6.95.75	176.587.5	544-680
500	500	209,30	226,25	163,71	181,45	772,57	852,08	5.504,26	6.065,82
549	585	20,93	22,63	16,37	18,15	77,26	85,21	550,43	606,58
<b>Всего за 10 дней</b>		5480,00	5850,00	4380,00	4942,50	7725,70	8520,80	55042,60	60658,20
<b>Средний суточный рацион</b>		549	585	438	494,25	772,57	852,08	5504,26	6065,82

Норма завтрака по СанПиН, 20% ± 5%		15.1.19.23	18.22.5	15.8.19.15	18.23	67.83.75	76.6.95.75	176.587.5	544-680
500	500	209,30	226,25	163,71	181,45	772,57	852,08	5.504,26	6.065,82
549	585	20,93	22,63	16,37	18,15	77,26	85,21	550,43	606,58

Товар: *МФ*