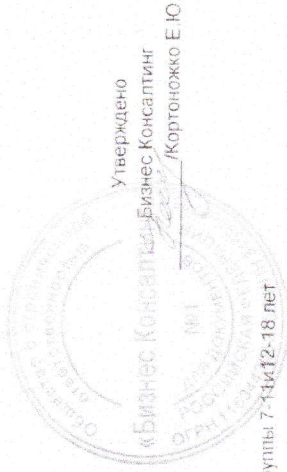




Согласовано  
директор

*Ирина Сидорова*



Утверждено  
«Бизнес Консалтинг» Бизнес Консалтинг  
Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-14 лет

*С.М. 23*

№ рецеп. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб. блюдо		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	ккал	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
1	2																

**Вариант 7**

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тугельмана, - 2017г 54сс. Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах

Под редакцией В.Т. Давыдиной-И.М., 2004- 640с. Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник, -М.; Дели Принт, 2008.-276с. Скурутини И.М., Тугельман

**Завтрак**

№	Наименование	Цена руб. блюдо		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	ккал	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
52	Свекла отварная с маслом	20		60	100	0,88	1,48	3,6	6,01	4,96	8,26	55,68	92,8	0,07	0,07		
ТТК 77/6	Голубцы фарш из п/ф высокой степени готовности	32		100	100	9,3	9,3	6,1	6,1	5,9	5,9	116	116	1,5	1,5		
331	Сухие сметанный с томатом	8		20	20	0,3	0,3	0,99	0,99	1,40	1,40	16,02	16,02	0,26	0,26		
171	Каша гречневая рассыпчатая	18		150	150	8,3	9,95	6,3	7,56	36	43,2	233,7	280,44	0	0		
701	Хлеб пшеничный	5,7		20	30	1,54	2,31	0,48	0,72	10,68	16,02	53,20	79,80	0,00	0,00		
376	Чай с сахаром каркаде	15		200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3		
	Итого	98,70		550	600	20,43	23,45	17,49	21,4	73,94	89,78	534,6	645,06	2,13	2,13		
	Итого по С.М.И.И. 20% + 5%			560	560	15,4-19,25	18,22,5	13,8-17,75	18-23	67,8-71,75	76,6-95,75	470-587,5	543,680				

*Т.В. Сидорова*