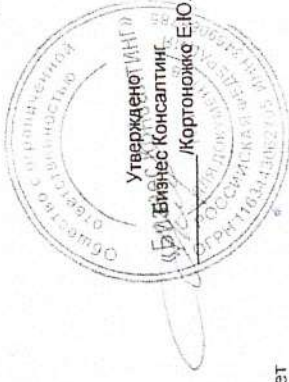




Согласовано
директор



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

22.05.23

| № рец. по сбор. | Наименование блюда | Цена руб | | вес блюда | | Пищевые вещества/g | | | | | | 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 | |
| 1 | 2 | | | | | | | | | | | | | | | |

Вариант 1

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г.-544с. Сборник рецептов и кулинарных изданий 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

Завтрак

| № | Наименование | В.А | | вес | | Цена | | БЖУ | | Энергет. ценность | | Витамины | | | |
|-----|------------------------------|----------|-----------|----------|-----------|----------|-----------|----------|-----------|-------------------|-----------|----------|-----------|------|------|
| | | 7-11 лет | 12-18 лет | 7-11 лет | 12-18 лет | 7-11 лет | 12-18 лет | 7-11 лет | 12-18 лет | 7-11 лет | 12-18 лет | 7-11 лет | 12-18 лет | | |
| 175 | каша молочная Дружба | 200 | 200 | 40,00 | 40,00 | 7,84 | 7,84 | 9,22 | 9,22 | 39,51 | 39,51 | 272,00 | 272,00 | 0,72 | 0,72 |
| 374 | блинчики со гущенным молоком | 70 | 70 | 22 | 22 | 9,88 | 9,88 | 4,75 | 4,75 | 2,3 | 2,3 | 91,98 | 91,98 | 0,74 | 0,74 |
| 701 | хлеб пшеничный | 30 | 30 | 5,25 | 5,25 | 2,31 | 2,31 | 0,72 | 0,72 | 16,02 | 16,02 | 79,80 | 79,80 | 0,00 | 0,00 |
| 376 | чай с сахаром | 200 | 200 | 15 | 15 | 0,07 | 0,07 | 0,02 | 0,02 | 15 | 15 | 60 | 60 | 0,3 | 0,3 |
| | Итого | 500 | 500 | 82,25 | 82,25 | 20,1 | 20,1 | 14,71 | 14,71 | 72,83 | 72,83 | 503,78 | 503,78 | 1,76 | 1,76 |

| | | | | | | | | | | |
|-------|-----|-----|------------|---------|------------|-------|----------|------------|-----------|---------|
| Итого | 500 | 500 | 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 |
|-------|-----|-----|------------|---------|------------|-------|----------|------------|-----------|---------|

Тутельман В.А.