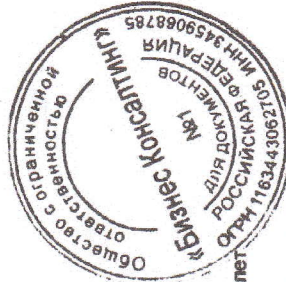


Согласовано:
директор



Утверждено
Бизнес-Кансалтинг
Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11и12-18 лет

Неделя 2

№ реч. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб. блюдо		вес блюда		Пищевые вещества/g/l						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	7-11 лет	12-18 лет
1	2															

день 9

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г-594с; Сборник рецептов и кулинарных изданий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах
Под редакцией В.Т. Липшиной.-М. 2004- 640с; Таблицы химического состава и колорийности российских продуктов питания: Справочник.-М.; ДеЛи Принт, 2008.-276с.- Скурутин И.М., Тутельяна

Завтрак

101	своя консервированные (зеленый горошек)	13	60	100	1,35	2,25	0,18	0,3	7,92	13,2	38,52	64,2	0,21	0,21
291	гов из птицы	50	250	280	21	23,52	13,08	14,65	44,66	50,01	381,66	427,45	0,6	0,6
701	хлеб пшеничный	5,78	30	50	2,31	3,85	0,72	1,25	16,02	26,7	79,8	143	0	0
377	чай с сахаром и лимоном	16	200	200	0,13	0,13	0,02	0,02	15,2	15,2	62	62	0,3	0,3
338	Мандарин	28	150	150	1,2	1,2	0,3	0,3	11,3	11,3	57	57	3,3	3,3
	Итого	112,78	690	780	25,99	30,95	14,3	16,52	95,1	116,41	618,98	753,65	4,41	4,41
	Норма завтрака по СанПит 20% - 25% ± 5%		500	650	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. учр



Согласовано
 Директор
 [Signature]

25.11.22



Утверждено
 Бизнес-Кансалтинг
 Кортонюжко Е.Ю.

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	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	2																	
День 10																		

Завтрак

Сборник рецептов под редакцией МП Мотильного и В.А. Тупельяна, - 2017г. 544с; Сборник рецептов и кулинарных изданий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах

. Под редакцией В.Т. Лапшиной.-М. 2004.- 640с; Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник.-М.; Делм Принт, 2008.-276с. Скруткин И.М., Тупельян

В.А

70	овощи по сезону	12	60	100	0,48	0,8	0,06	1	1,02	1,7	7,8	13	3,36	5,6
313	котлета рубленая куриная с соусом	29	100	100	10,58	10,58	4,52	4,52	8,05	8,05	115,3	115,3	3,73	3,73
305	рис припущенный	20	160	180	3,84	4,32	9,6	10,8	38,08	42,84	213,28	239,94	0	0
292	чай с сахаром	15	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3
701	хлеб пшеничный	5,78	20	30	1,54	2,31	0,48	0,72	10,68	16,02	53,2	79,8	0	0
338	фрукт свежий (яблоко)	15	100	100	0,13	0,13	0	0	10	10	38,67	133,5	1,47	1,47
п.т	Кондитерское изделие фасованное	16	30	30	1,44	1,44	5,4	5,4	18,1	18,1	133,5	133,5	0	0
376	Итого	112,78	670	740	18,08	19,65	20,08	22,46	100,93	111,71	621,75	775,04	8,86	11,1

Норма завтрака по СанПиН 20%- 25% ± 5%		500	550	550	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		
Всего за 10 дней		6166	6811	6811	203,15	234,57	165,84	182,77	864,68	993,14	5779,28	6666,19	136,47	144,25
Средний суточный рацион		616,6	681,1	681,1	20,315	23,457	16,584	18,277	86,468	99,314	577,928	659,519	13,647	14,425

Норма завтрака по СанПиН 20%- 25% ± 5%		500	550	550	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
--	--	-----	-----	-----	------------	---------	------------	-------	----------	------------	-----------	---------

[Signature]