



Утверждено
Бизнес Консалтинг
/Кортоножко Е.Ю.

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



Согласовано
Директор
И.А. Тупельман

25.01.23

№ рец по сбор	Цена руб	вес блюда		Лишнее вещества		Энергет. ценность		Витамины (мг)	
		7-11 лет	12-18 лет	Ж	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет

Вариант 3

Сборный рецептур под редакцией М.П. Мотыльковой и В.А. Тупельман, - 2017-544стр. Сборный рецептур и кулинарные изделия для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах

Под редакцией В.Л. Лавинской - М. 2604 - 6400. Тейблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания. Справочник. - М., ДеЛи Принт, 2008. - 276с. Скуртуин И.М., Тупельман В.А.

208	лапшевник с творогом	47	150	200	13,00	17,00	9,00	12,00	30,13	40,17	258,00	344,00	0,11	0,11
338	молоко стуженное	10	20	20	1,50	1,50	0,04	0,04	3,40	3,40	52,00	52,00	0,00	0,00
701	фрукт свежий (яблоко)	20	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	10,00	10,00	47,00	47,00	10,00	10,00
377	хлеб пшеничный	5,7	30	30	2,31	2,31	0,72	0,72	16,02	16,02	79,80	79,80	0,00	0,00
	чай с сахаром и лимон	16	200	200	0,13	0,13	0,02	0,02	15,2	15,2	62	62	0,3	0,3
	Итого	98,70	500,0	550,0	17,3	21,3	10,2	13,2	74,8	84,8	498,8	584,8	10,4	10,4

Итого: 500 550 15419,35 1622,5 13819,35 1623 6783,75 75696,75 470887,5 544680

Тупельман И.А.