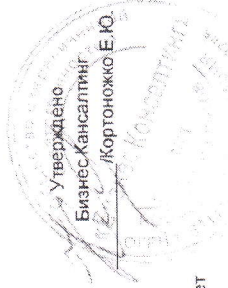


Согласовано:
 директор И.О.В. Курцева



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

25.10.2022

№ рецеп. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб		вес блюда		Пищевые вещества/				Энергет. ценность		Витамины (мг)	
		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	ккал	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
1	2												

Вариант 2

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017-544сг; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах

Завтрак

. Под редакцией В.Т. Лапшиной.-М. 2004.- 640с; Таблицы химического состава и калорийности

российских продуктов питания: Справочник.-М.: ДеЛи Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман

В.А

101	Икра кабачковая консервированная	1,7	30	30	0,488	0,48	0,48	3,02	3,02	3,02	31,2	31,2	0	0
313	Молотый мясной с соусом	3,7	100,0	100,0	10,0	8,79	8,79	6,44	6,44	6,44	144,70	144,70	0,00	0,00
332	Макаронные изделия с маслом	1,5	150,0	180,0	4,8	5,8	7,50	30,87	37,05	37,05	165,50	198,95	0,00	0,00
371	Хлеб пшеничный	5,8	30	40	2,31	3,08	0,72	16,02	21,36	21,36	79,80	114,40	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	1,5	200	200	0,07	0,07	0,02	15	15	15	60	60	0,3	0,3
	Итого	84,80	510	550	17,72	19,418	12,51	71,41	82,93	82,93	483,20	549,26	0,30	0,30
	Борща завтрак по СанПиН, 2009.-25% ± 5%		500	550	15,41935	18,225	15,81973	67,8171	76,65575	76,65575	470,8875	544,690		

Тутельман