



2004.13

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

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

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

Вариант 3

Завтрак

Сборник рецептов под редакцией М.П. Мельниченко и В.А. Тутельяна, - 2017. Санкт-Петербург. Сборник рецептов и кулинарных изделий 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., ДеЛи Принт, 2008. - 276с. Скурутин И.М., Тутельяна В.А.

208	Лашевник 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
п.т	молоко стухшее	10	20	20	1,50	1,50	0,04	0,04	3,40	3,40	52,00	52,00	0,00	0,00
338	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
701	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
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
	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
	Шарик вареников с Слив Вит. 20% 250г с 3%		500	550	15,4-19,35	18,22,6	15,8-19,73	18,23	67,83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680		

Тутельяна В.А.