



Согласован  
Директор

Утверждено  
Бизнес Консалтинг  
/Кортоножко Е Ю



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

2008.23

№ п/п	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	С

Вариант 1

Сборник рецептов под редакцией М.П. Морозовой и В.А. Тутельяна. - 2007г. - 544с. Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах

Завтрак

Под редакцией В.Т. Лапиной.-М.: 2004.-640с: Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник, М.: Дели Принт, 2008.-276с. Скурругин И.М., Тутельман

№ п/п	Наименование	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		
175	каша молочная Дружба	38,00	200	200	7,84	9,22	39,51	9,22	39,51	7,84	9,22	39,51	272,00	272,00	0,72	0,72
374	блинчики со ступенным молоком	20	70	70	9,88	4,75	2,3	4,75	2,3	9,88	4,75	2,3	91,98	91,98	0,74	0,74
701	хлеб пшеничный	5,7	30	30	2,31	0,72	16,02	0,72	16,02	2,31	0,72	16,02	79,80	79,80	0,00	0,00
338	фрукт свежий (яблоко)	20	100	100	0,40	0,40	10,00	0,40	10,00	0,40	0,40	10,00	47,00	47,00	10,00	10,00
376	чай с сахаром	15	200	200	0,07	0,02	15	0,02	15	0,07	0,02	15	60	60	0,3	0,3
	Итого	98,70	600	600	20,5	15,11	82,83	15,11	82,83	20,5	15,11	82,83	550,78	550,78	11,76	11,76

Норма калорийности Сафлин 208кcal ± 5%

15,4-19,15	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-81,75	76,6-96,75	470-587,5	544-680
------------	---------	------------	-------	----------	------------	-----------	---------

Тутельман