



Утверждено
Бизнес Консалтинг
Жуковское Е.Ю.

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

28.03.23

№ реч. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб. блюдо	вес блюда		Пищевые вещества/						Энергет. ценность		Витамины (мг)	
			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	

Вариант 2

Сборник рецептов под редакцией М.П. Моргилыной и Е.А. Тудельман, 2017-544сг. Сборник рецептов к культурным изделиям для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах

Под редакцией В.Т. Лапшиной. М. 2004. 640с. Таблицы химического состава и колорийности российских продуктов питания: Справочник. М., ДеЛи Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тудельман

Завтрак

101	консервы закусочные (икра кабачковая)	20	60	100	1,64	2,73	2,82	4,7	8,72	14,54	67	111	0	0
ТК 77/3	котлеты "Домашние" из п/ф высокой степени готовности	35	100	100	12,1	12,1	12,40	12,40	4,70	4,70	179,00	179,00	0,10	0,10
331	соус сметанный с томатом	8	20	20	0,3	0,3	0,99	0,99	1,40	1,40	16,02	16,02	0,26	0,26
203	макарроны отварные с маслом	15	150	150	5,4	5,4	4,90	4,90	32,80	32,80	196,80	196,80	0,00	0,00
701	хлеб пшеничный	5,7	30	40	2,31	3,08	0,72	1,00	16,02	21,36	79,80	114,40	0,00	0,00
376	чай с сахаром	15	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3
	Итого	98,70	560	610	21,82	23,68	21,85	24,01	78,64	89,80	598,62	677,22	0,66	0,66
	Норма завтрака по СанПиН 18-225-18-2018		500	550	13,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	78,6-95,75	470-587,5	544-680		

В.А.

Тудельман Е.Ю.