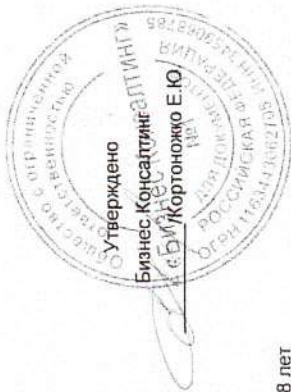




Согласовано:
директор



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

29.05.23

№ рец. по сбор.	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	ккал	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
1	2												

Вариант 6

Завтрак

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тугельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептов и кулинарных изделий 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., Тугельман

В.А

182	каша рисовая молочная жидкая с сахаром	42	200	200	4,08	4,08	4,08	5,52	5,52	5,52	34,72	34,72	232,8	232,8	0,48	0,48
338	фрукт свежий (яблоко)	20	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	0,40	0,40	10,00	10,00	47,00	47,00	10,00	10,00
376	чай с сахаром	15	200	200	0,07	0,07	0,07	0,02	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3
701	хлеб пшеничный	5,25	40	50	3,08	3,85	3,85	1,00	1,25	1,25	21,36	26,70	114,40	143,00	0,00	0,00
	Итого	82,25	540	550	7,63	8,4	8,4	6,94	7,19	7,19	81,08	86,42	454,2	482,8	10,78	10,78
	Норма завтрака по СанПиН 2019, 25% ± 3%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	18-23	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680		

Товар: Фудюба