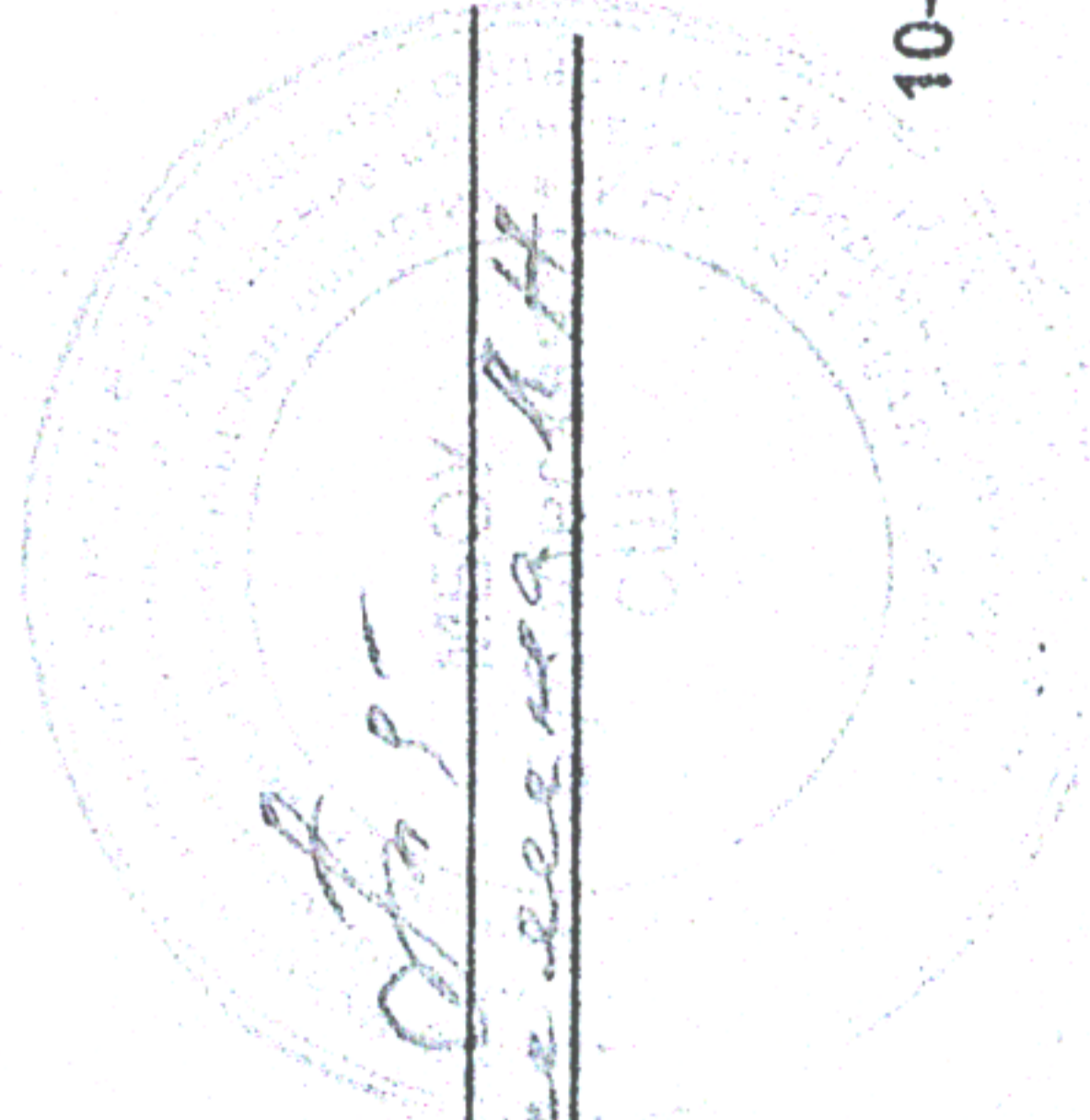


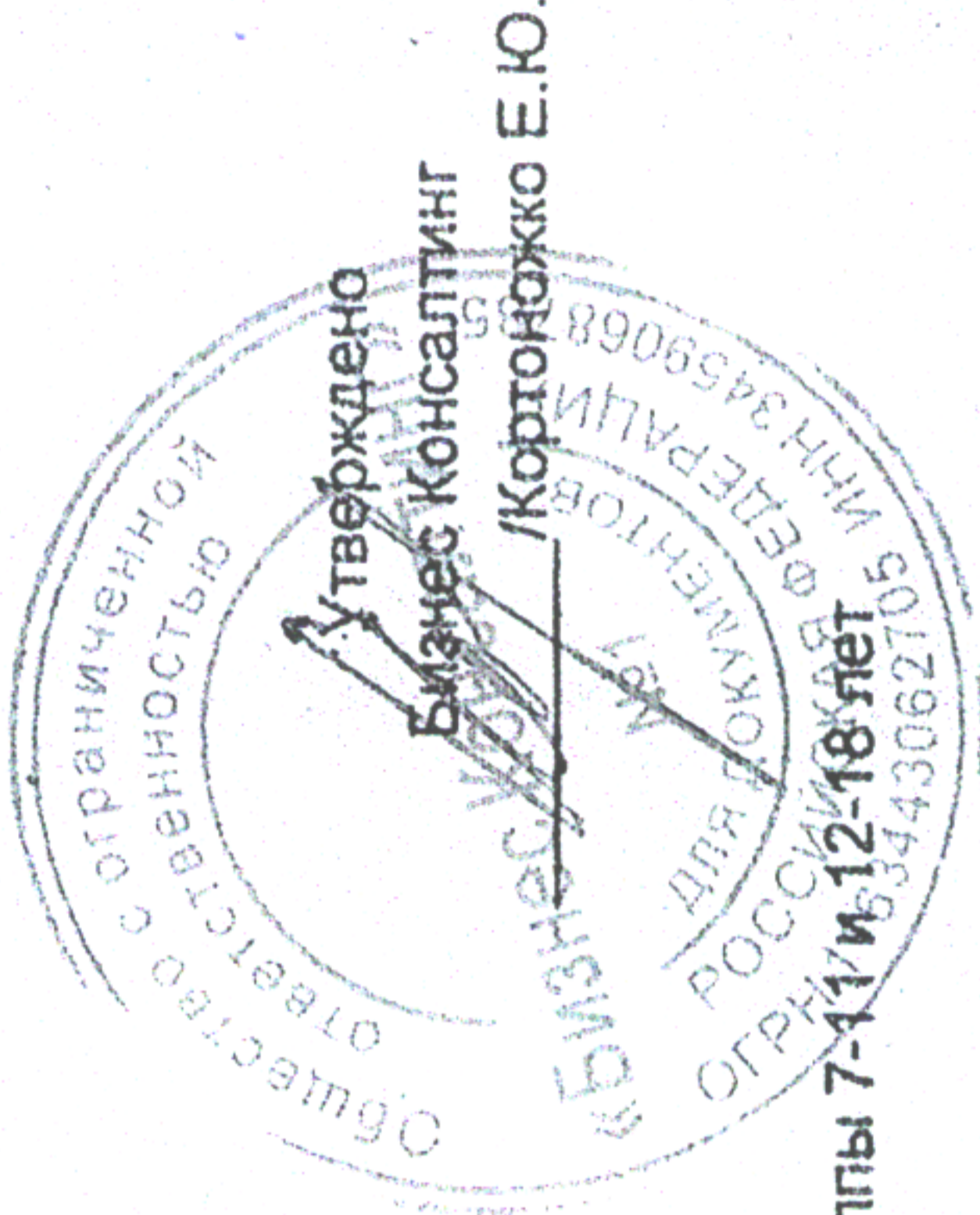
Согласовано:

директор

Лариса Николаевна



07.11.2023



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

№	Наименование блюда	Цена руб		вес блюда		Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность		Витамины (мг)			
		блюдо	блюдо	7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	ккал	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет		
Вариант 2															
Рецептур под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017-544сг; Сборник рецептов															
101	консервы закусовые (икра кабачковая)	12	100	60	100	1,64	2,73	2,82	4,7	8,72	14,54	67	111	0	0
102	котлеты "Домашние" из п/ф высокой степени готовности	32	100	100	100	12,1	12,1	12,40	12,40	4,70	4,70	179,00	179,00	0,10	0,10
103	соус сметанный с томатом	3	20	20	20	0,3	0,3	0,99	0,99	1,40	1,40	16,02	16,02	0,26	0,26
104	макаронны отварные с маслом	15	150	150	150	5,4	5,4	4,90	4,90	32,80	32,80	196,80	196,80	0,00	0,00
105	хлеб пшеничный	5,25	30	30	40	2,31	3,08	0,72	1,00	16,02	21,36	79,80	114,40	0,00	0,00
106	чай с сахаром	15	200	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3
	Итого	82,25	560	560	610	21,82	23,68	21,85	24,01	78,64	89,80	598,62	677,22	0,66	0,66
	Итого завтрак по СанПиН 20/09/2018-01		500		550	15,4-19,23	18-22,5	15,8-19,73	18-23	67-83,73	76,6-95,75	470-587,5	544-680		

Завтрак

Рецептур под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017-544сг; Сборник рецептов

к кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах

под редакцией В.Т. Лапиной.-М. 2004- 640с; Таблицы Химического состава и колорийности

основных пищевых продуктов питания: Справочник.-М.; Дели Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман

В.А