

Согласовано:

директор

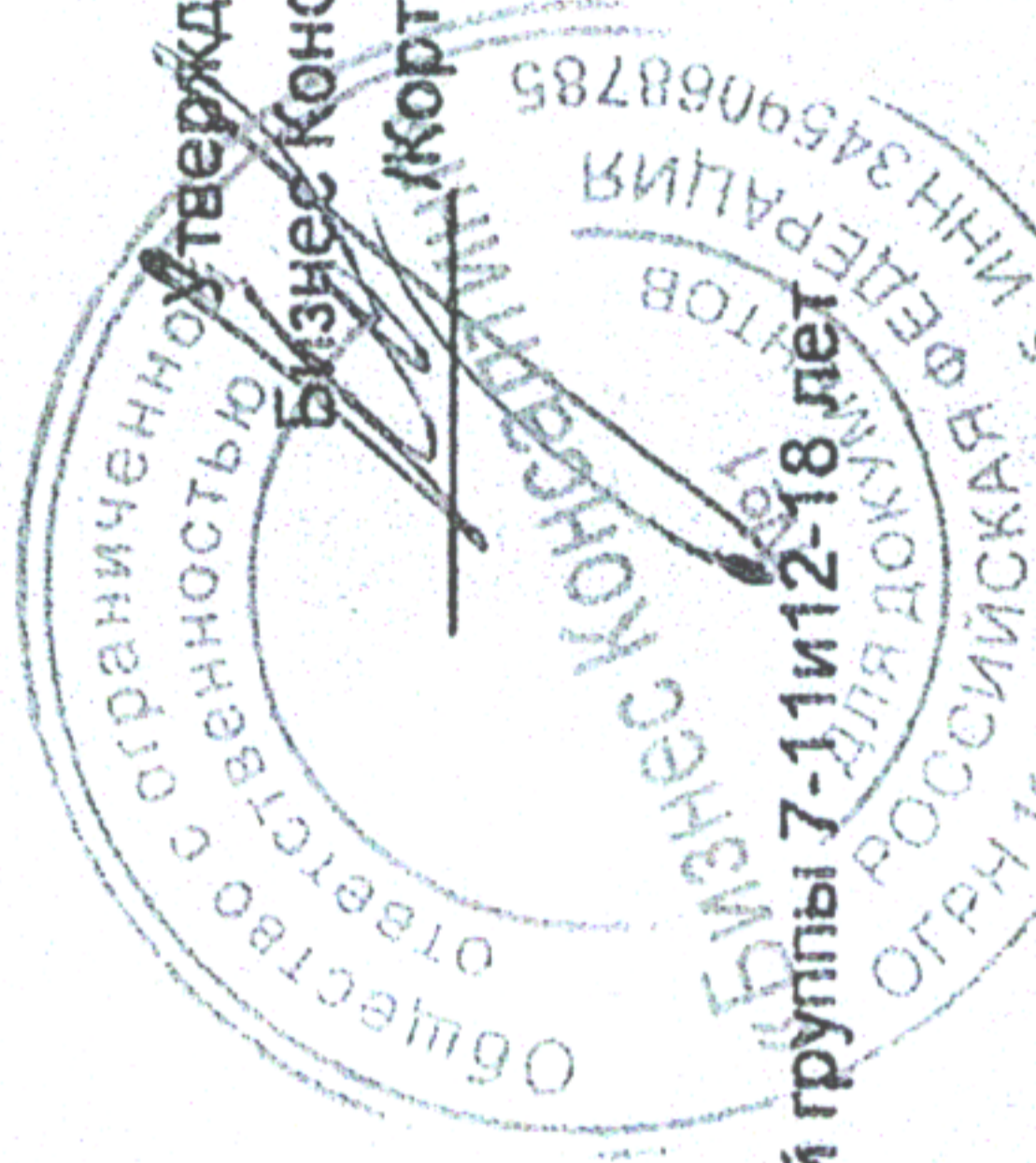
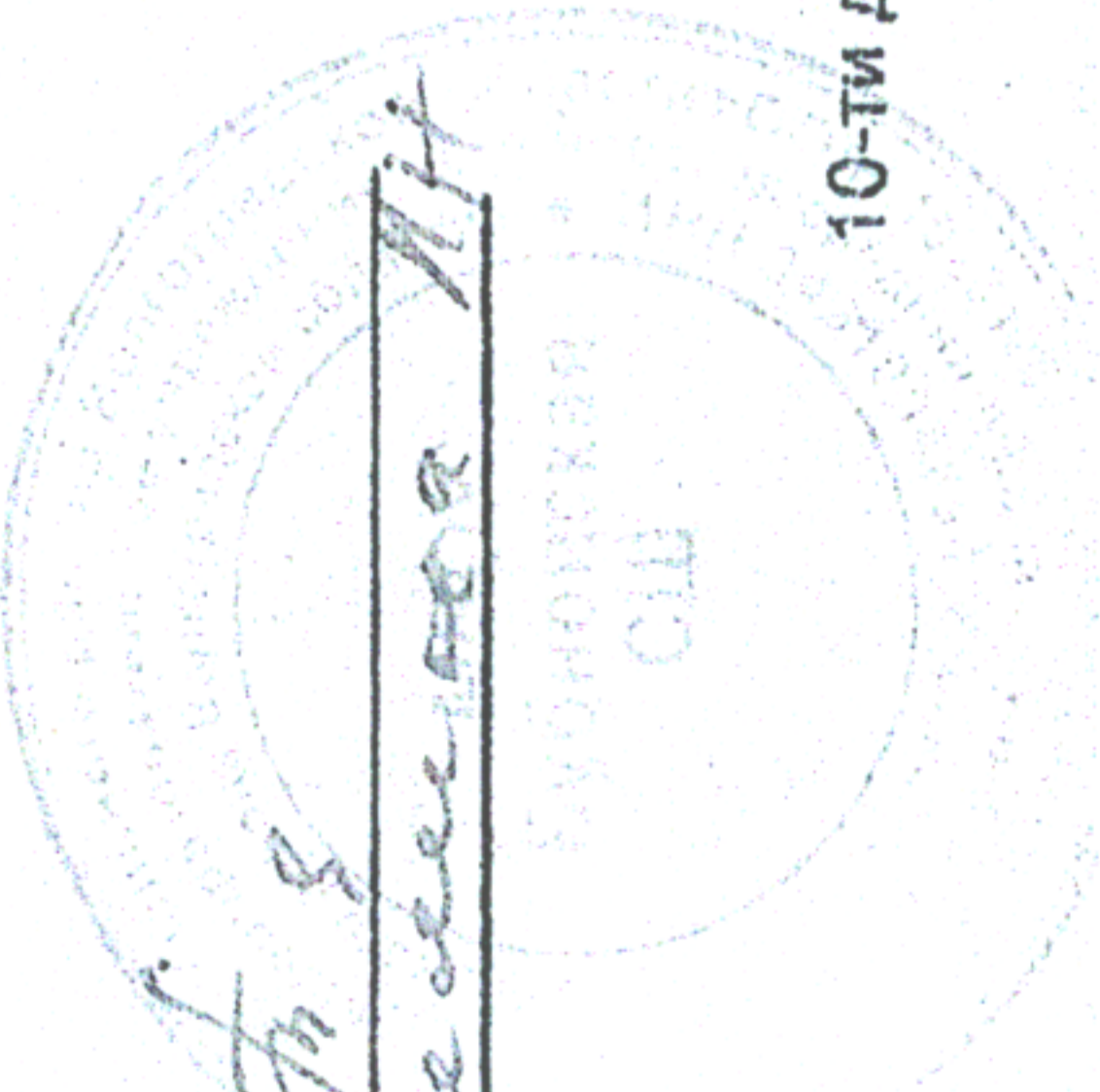
Лариса Николаевна

Общество с ограниченной ответственностью

«Бизнес Консалтинг»

Куртоножко Е.Ю.

1.09.2023



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

| № 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 | 7-11 лет |

Вариант 5

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах и детских лагерях 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., Тутельман В.А

Завтрак

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|------|--|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|------|------|
| 147 | капуста квашеная с растительным маслом | 15 | 60 | 100 | 100 | 1,02 | 1,70 | 3,00 | 5,00 | 5,07 | 8,46 | 51,42 | 85,70 | 0,35 | 0,35 |
| 77/5 | тефтели "Оригинальные" из п/ф высокой степени готовности | 30 | 100 | 100 | 100 | 10,00 | 10,00 | 13,30 | 13,30 | 2,30 | 2,30 | 169,00 | 169,00 | 0,35 | 0,35 |
| 331 | 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 |
| 203 | макаронны отварные с маслом | 13 | 150 | 150 | 150 | 5,4 | 5,4 | 4,90 | 4,90 | 32,80 | 32,80 | 196,80 | 196,80 | 0,00 | 0,00 |
| 70 | хлеб пшеничный | 5,25 | 20 | 30 | 30 | 1,54 | 2,31 | 0,48 | 0,72 | 10,68 | 16,02 | 53,20 | 79,80 | 0,00 | 0,00 |
| 37 | чай с сахаром и лимоном | 16 | 200 | 200 | 200 | 0,13 | 0,13 | 0,02 | 0,02 | 15,2 | 15,2 | 62 | 62 | 0,3 | 0,3 |
| | Итого | 22,25 | 550,0 | 600,0 | 600,0 | 18,4 | 19,9 | 22,7 | 24,9 | 67,5 | 76,2 | 548,4 | 609,3 | 1,3 | 1,3 |

Итого завтрак по СанПиН 20% - 25% ± 5%

| | | | | | | | |
|------------|---------|------------|-------|----------|------------|-----------|---------|
| 15.4-19.25 | 18-22.5 | 15.8-19.75 | 18-23 | 67-83.75 | 76.6-95.75 | 470-587.5 | 544-660 |
|------------|---------|------------|-------|----------|------------|-----------|---------|