

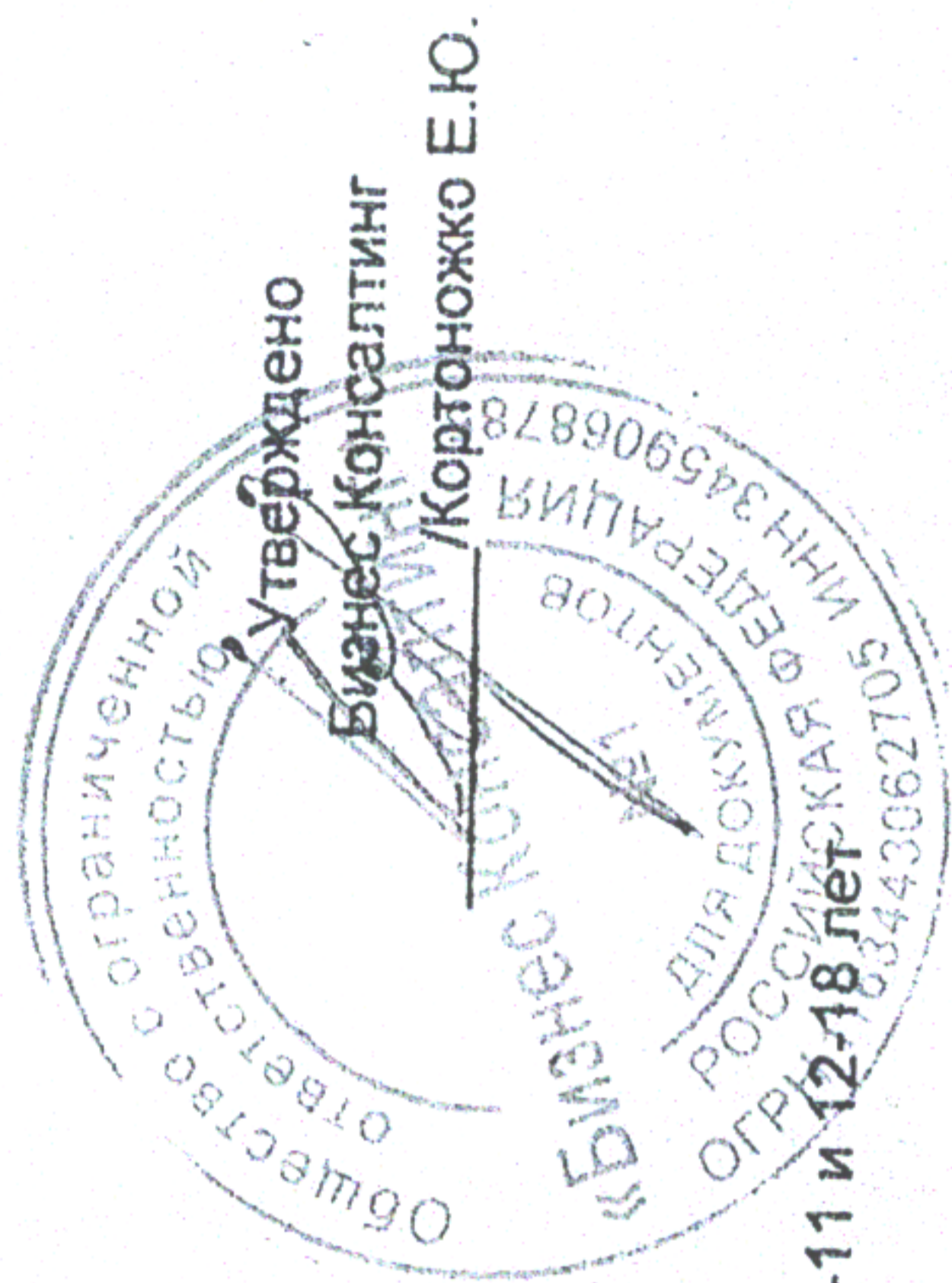


Согласовано:

директор

Лариса Николаевна

14.09.2023



Утверждено

Бизнес Консалтинг

Коротко Е.Ю.

10-ти дневное меню для 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)	
		блюдо		блюдо		Б			Ж			ккал		С	
		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет

Вариант 4

Завтрак

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 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. Скрутин И.М., Тутельман В.А

ТТБ/77/1	котлеты рыбные из п/ф высокой степени готовности	39	100	100	12,30	12,30	4,70	4,70	6,90	6,90	4,70	4,70	6,90	6,90	119,00	119,00	0,70	0,70	
391	соус сметанный с томатом	3	20	20	0,3	0,3	0,99	0,99	1,40	1,40	0,99	0,99	1,40	1,40	16,02	16,02	0,26	0,26	
701	каша рисовая рассыпчатая	20	150	180	3,70	4,43	4,80	5,76	36,50	43,80	1,00	1,25	21,36	26,70	203,50	244,20	0,00	0,00	
376	хлеб пшеничный	5,25	40	50	3,08	3,85	1,00	1,25	15	18,50	0,02	0,02	15	18,50	114,40	143,00	0,00	0,00	
	чай с сахаром	15	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3	
	Итого	82,25	510	550	19,49	20,99	11,51	12,72	81,16	93,80	12,72	12,72	81,16	93,80	512,92	582,22	1,26	1,26	
	Итого завтрак по СанПин 20% - 25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	470-587,5	470-587,5	470-587,5	470-587,5	544-680	544-680		