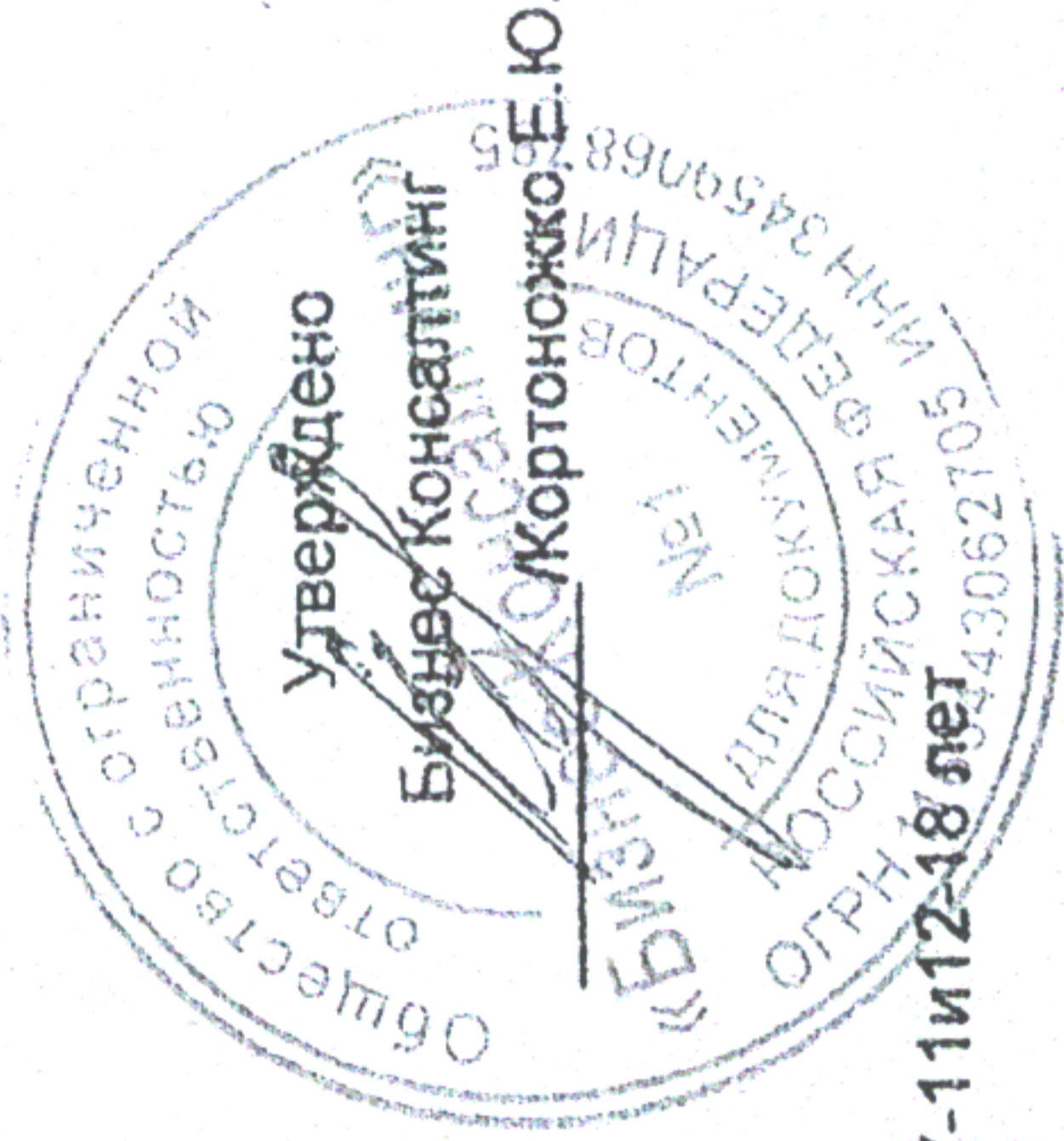


Согласовано:

директор

*Лариса Николаевна*



16.10.2023

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

№ рецептур	Наименование блюд	Цена руб		вес блюда		Пищевые вещества/g/			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
2														
<b>Вариант 6</b>														
<b>Завтрак</b>														
Сборник рецептур под редакцией МП Мотильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептур и кулинарных изданий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах и колледжах под редакцией В.Т. Лапиной.-М. 2004- 640с; Таблицы Химического состава и колорийности российских продуктов питания: Справочник,-М.; ДеЛи Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А														
182	каша рисовая молочная жидкая с сахаром	32	200	4,08	200	4,08	5,52	34,72	232,8	232,8	34,72	232,8	0,48	0,48
338	фрукт свежий (яблоко)	15	100	0,40	100	0,40	0,40	10,00	47,00	47,00	10,00	47,00	10,00	10,00
15	сыр порция	15	10	2,63	10	2,63	2,66	0,00	36,00	36,00	0,00	36,00	0,21	0,21
376	чай с сахаром	15	200	0,07	200	0,07	0,02	15	60	60	15	60	0,3	0,3
701	хлеб пшеничный	5,25	40	3,08	50	3,85	1,25	21,36	114,40	143,00	26,70	143,00	0,00	0,00
	<b>Итого</b>	<b>82,25</b>	<b>550</b>	<b>10,26</b>	<b>560</b>	<b>11,03</b>	<b>9,6</b>	<b>81,08</b>	<b>490,2</b>	<b>518,8</b>	<b>86,42</b>	<b>518,8</b>	<b>10,99</b>	<b>10,99</b>
	Норма калорийности СанПиН 2096-25% ± 5%		500	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	470-587,5	470-587,5	79,6-95,75	544-660		

09.10.23 12:00 (MSK)

Простая подпись