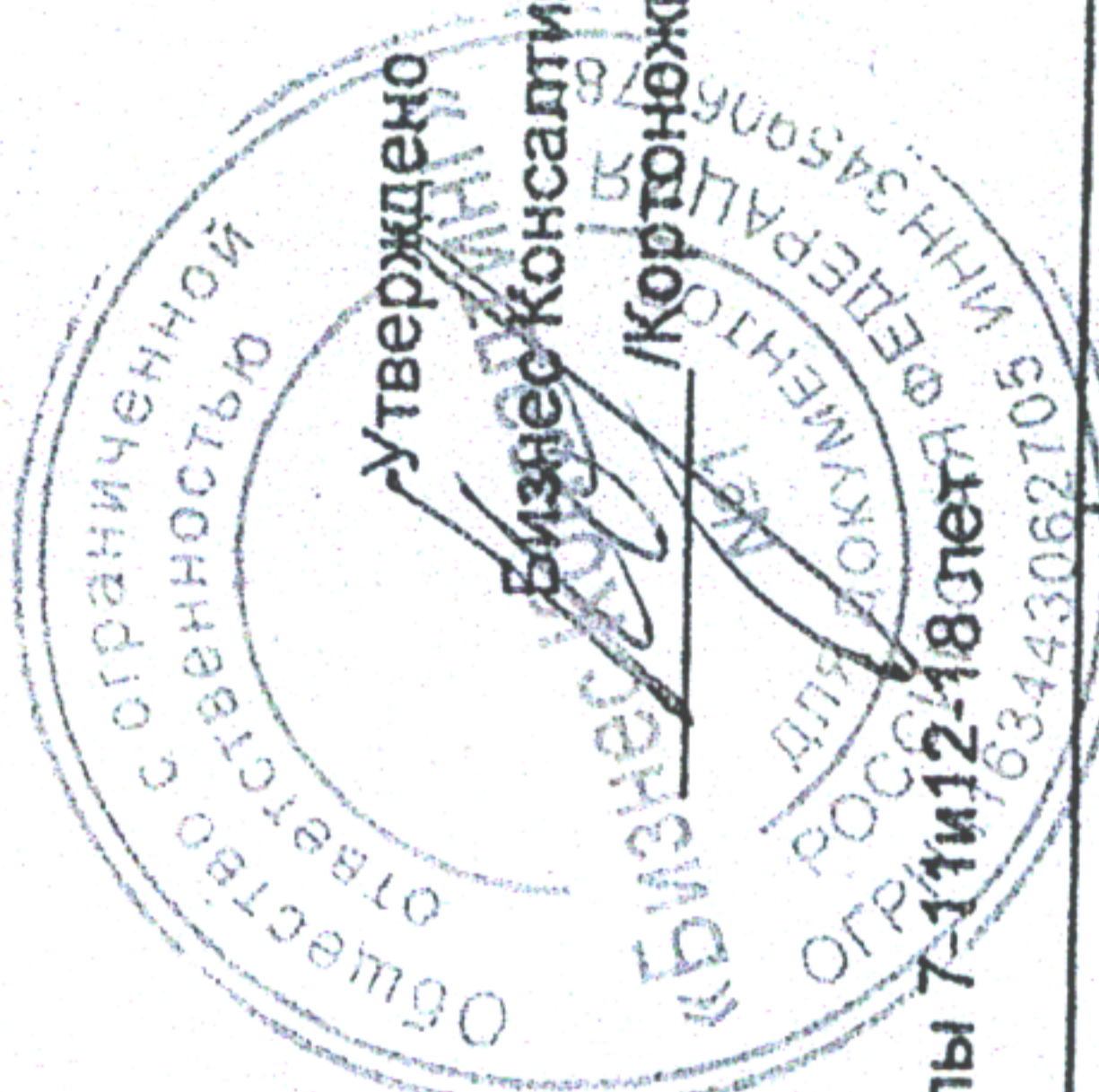


Согласовано:

директор

*Лариса Николаевна*

16.11.2023



Утверждено

Бизнес Консалтинг

Кортоножко Е.Ю.

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     |           | 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 |

Вариан 9

рецептур под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептур

кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах

под редакцией В.Т. Лапшиной.-М. 2004- 640с; Таблицы Химического состава и калорийности

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

Завтрак

В.А

|     |                                       |       |     |     |            |         |            |       |       |          |            |           |         |         |      |      |
|-----|---------------------------------------|-------|-----|-----|------------|---------|------------|-------|-------|----------|------------|-----------|---------|---------|------|------|
| 291 | плов из птицы                         | 48    | 250 | 250 | 23,18      | 23,18   | 13,08      | 13,08 | 13,08 | 31,50    | 31,50      | 337,00    | 337,00  | 337,00  | 0,60 | 0,60 |
| 70  | овощи натуральные по сезону (помидор) | 13    | 60  | 100 | 0,67       | 1,12    | 0,06       | 0,1   | 0,1   | 2,1      | 3,5        | 12,8      | 20      | 17,5    | 1,75 | 3,5  |
| 701 | хлеб пшеничный                        | 5,25  | 40  | 50  | 3,08       | 3,85    | 1,00       | 1,25  | 1,25  | 21,36    | 26,70      | 114,40    | 143,00  | 143,00  | 0,00 | 0,00 |
| 377 | чай с сахаром и лимоном               | 16    | 200 | 200 | 0,13       | 0,13    | 0,02       | 0,02  | 0,02  | 15,2     | 15,2       | 62        | 62      | 62      | 0,3  | 0,3  |
|     | Итого                                 | 82,25 | 550 | 600 | 27,06      | 28,28   | 14,16      | 14,45 | 14,45 | 70,16    | 76,9       | 526,2     | 562     | 562     | 2,65 | 4,4  |
|     | Норма завтрака по СанПиН 2009-05 ± 5% |       | 500 | 560 | 15,1-19,25 | 18-22,5 | 15,8-19,75 | 18-23 | 18-23 | 67-83,75 | 76,6-95,75 | 470-587,5 | 544-660 | 544-660 |      |      |