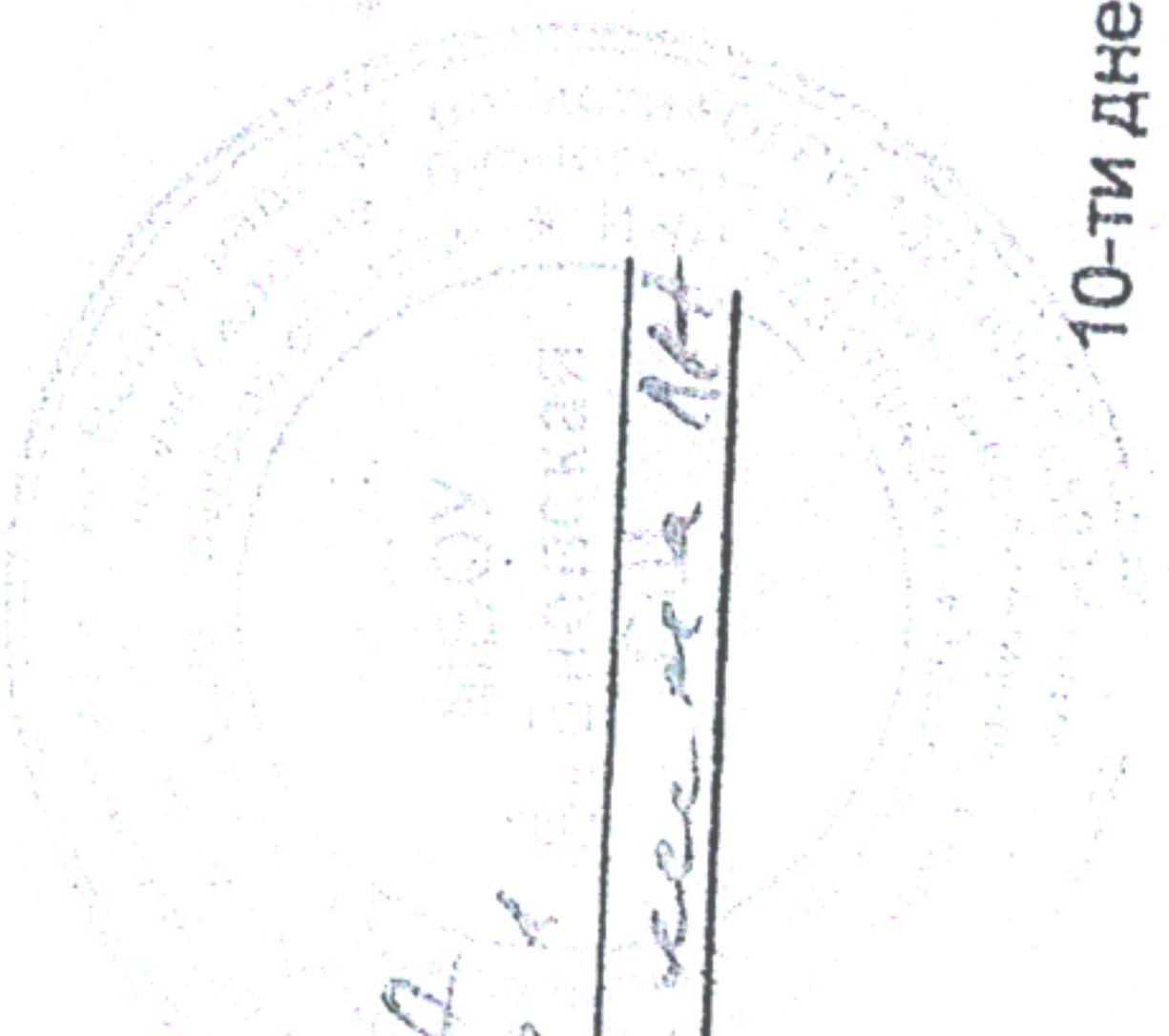
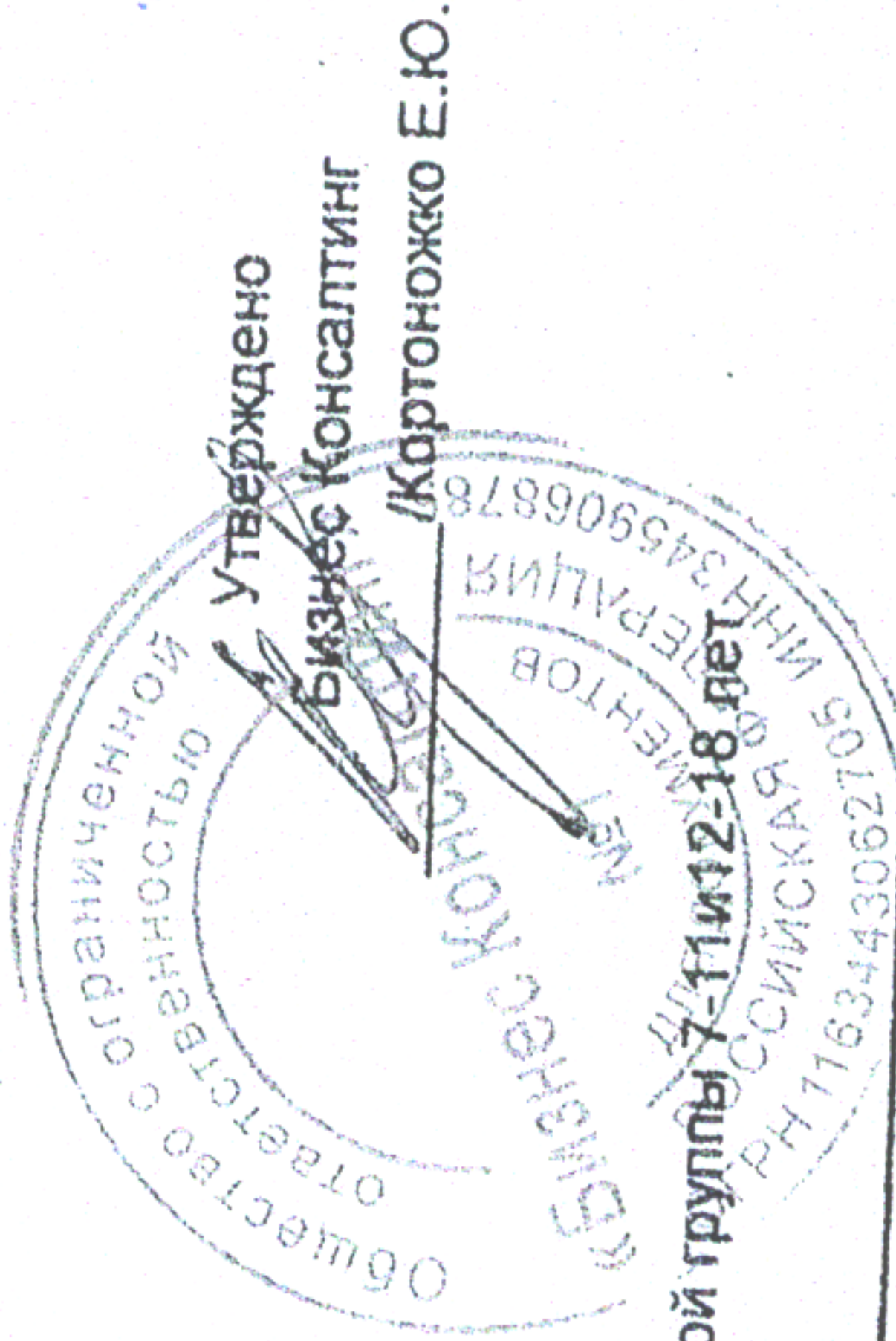


Согласовано:
директор



17.10.2023



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		7-11 лет	12-18 лет	Б		Ж		У		ккал		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
2																
Вариант 7																

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. Лапиной.-М. 2004- 640с; Таблицы Химического состава и калорийности пищевых продуктов питания: Справочник,-М.; ДеЛи Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А

Код	Наименование	вес блюда		Б		Ж		У		Энергет. ценность		Витамины (мг)	
		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
55	свекла отварная с маслом	60	100	0,88	1,48	3,6	6,01	4,96	8,26	55,68	92,8	0,07	0,07
ГК 77/6	голубцы ленивые из п/ф высокой степени готовности	100	100	9,3	9,3	6,1	6,1	5,9	5,9	116	115	1,5	1,5
331	соус сметанный с томатом	20	20	0,3	0,3	0,99	0,99	1,40	1,40	16,02	16,02	0,26	0,26
171	каша гречневая рассыпчатая	150	150	8,3	9,95	6,3	7,56	36	43,2	233,7	280,44	0	0
701	хлеб пшеничный	20	30	1,54	2,31	0,48	0,72	10,68	16,02	53,20	79,80	0,00	0,00
376	чай с сахаром каркале	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3
	Итого	550	600	20,43	23,45	17,49	21,4	73,94	89,78	534,6	644,06	2,13	2,13
	Норма затратки по СанПиН 209%-25% ± 5%	500	550	15,4-19,25	18-22,5	13,8-19,75	16-23	67-83,75	78,6-95,75	170-587,5	544-680		