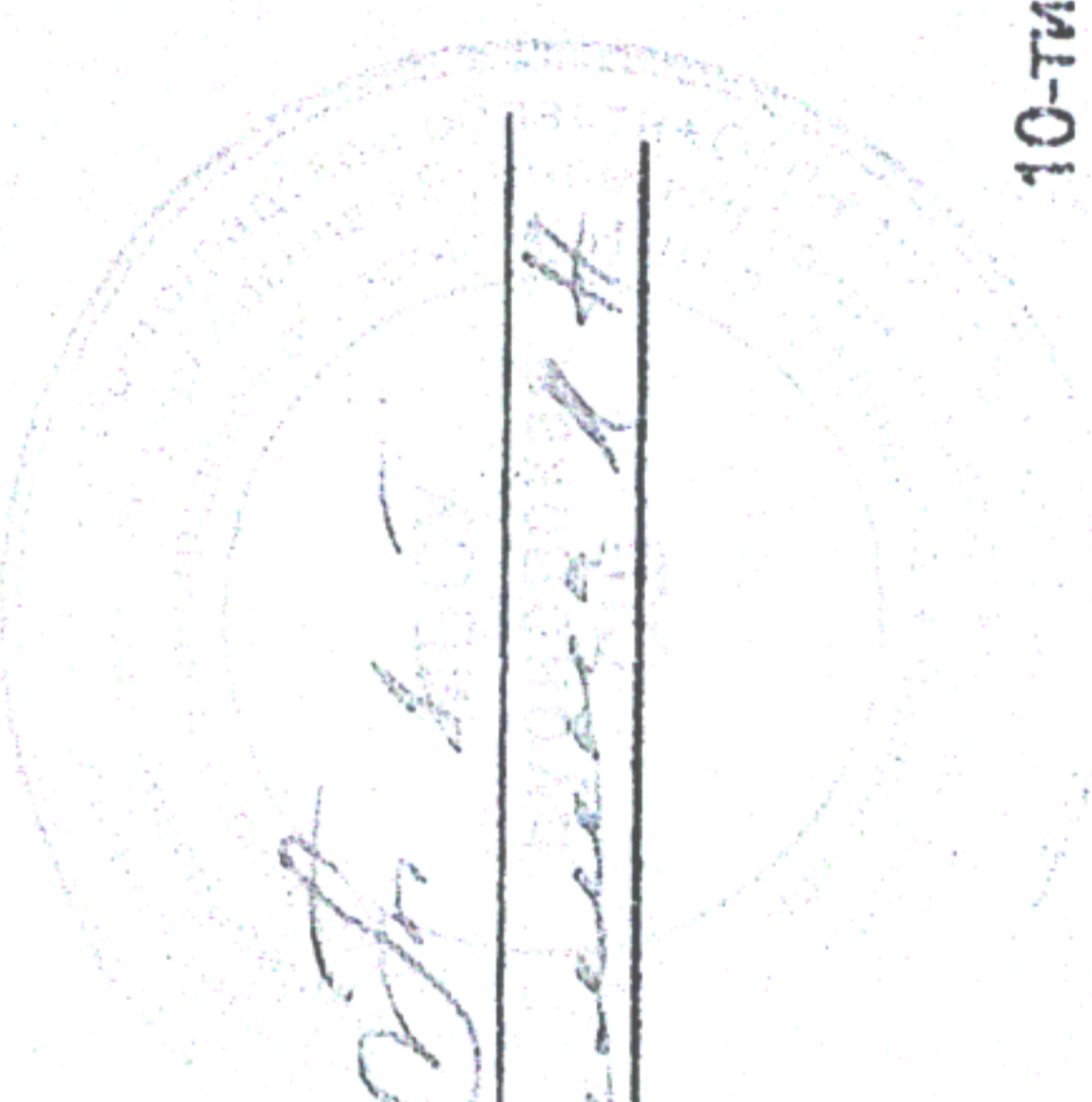


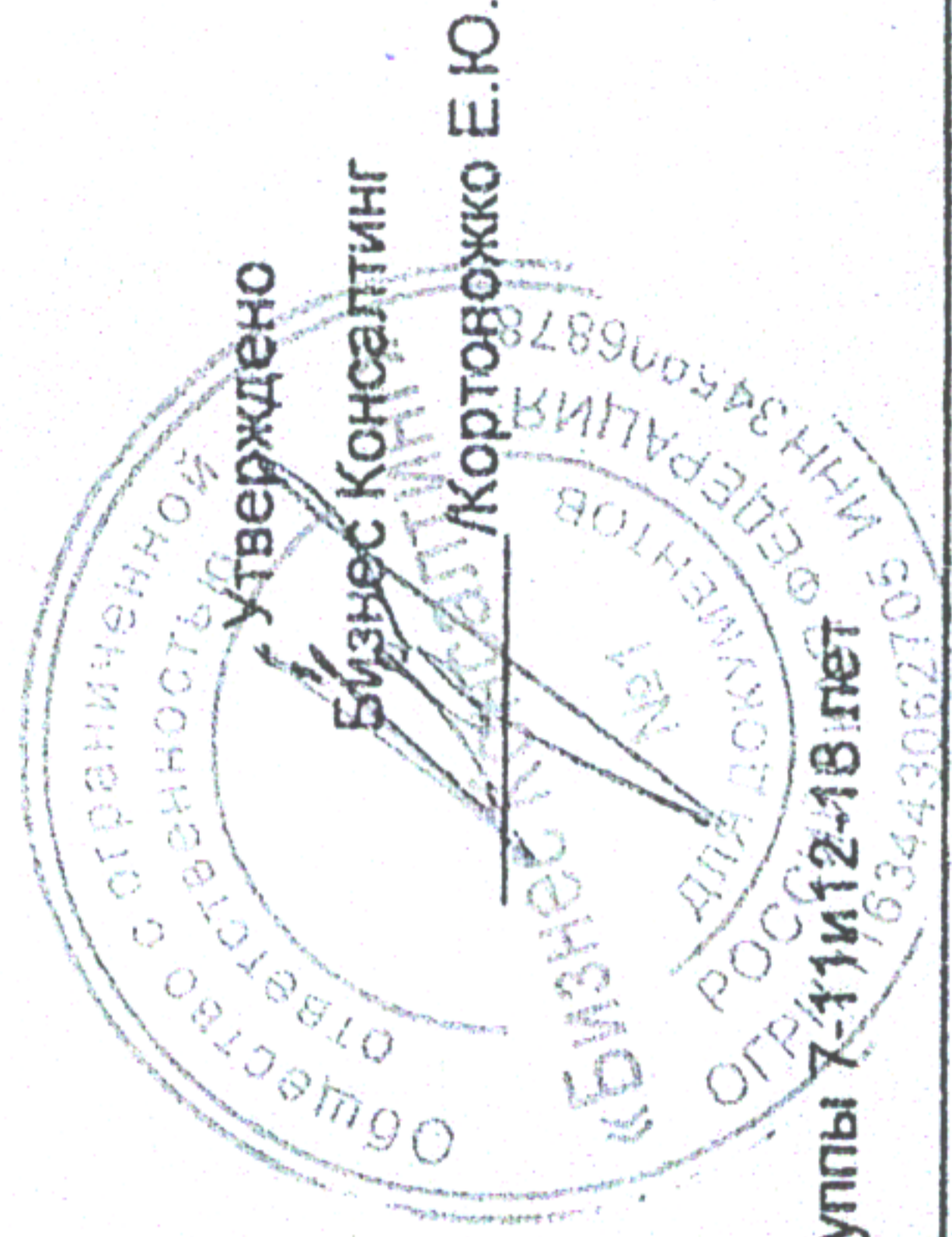
Согласовано:

директор

Лариса Николаевна



18.10.2023



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)		
		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	12-18 лет
Вариант 8																
рецептур под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептур																
изданий изданий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах																
редакцией В.Т. Лапиной.-М. 2004- 640с; Таблицы Химического состава и колорийности																
продуктов питания: Справочник.-М.; Делти Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман																
В.А																
70	овощи натуральные по сезону (отурец)	10	60	100	0,8	0,48	0,8	0,06	0,1	1,02	1,7	6	10	1,75	3,5	
246	гуляш из отварного мяса	37,00	90	100	16,90	15,21	16,90	14,76	16,40	3,60	4,00	208,80	232,00	0,30	0,30	
203	макароны отварные с маслом	15	150	150	5,4	5,4	5,4	4,90	4,90	32,80	32,80	196,80	196,80	0,00	0,00	
701	хлеб пшеничный	5,25	30	30	2,31	2,31	2,31	0,72	0,72	16,02	16,02	79,80	79,80	0,00	0,00	
376	чай с сахаром	15	200	200	0,07	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3	
	Итого	82,25	530	580	25,48	23,47	25,48	20,46	22,14	68,44	69,52	551,4	578,6	0,6	0,6	
Норма затрат по СанПиН 20%-25% ± 5%		500	550	550	18-22,5	15,4-19,25	18-22,5	13,8-19,75	16-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680			