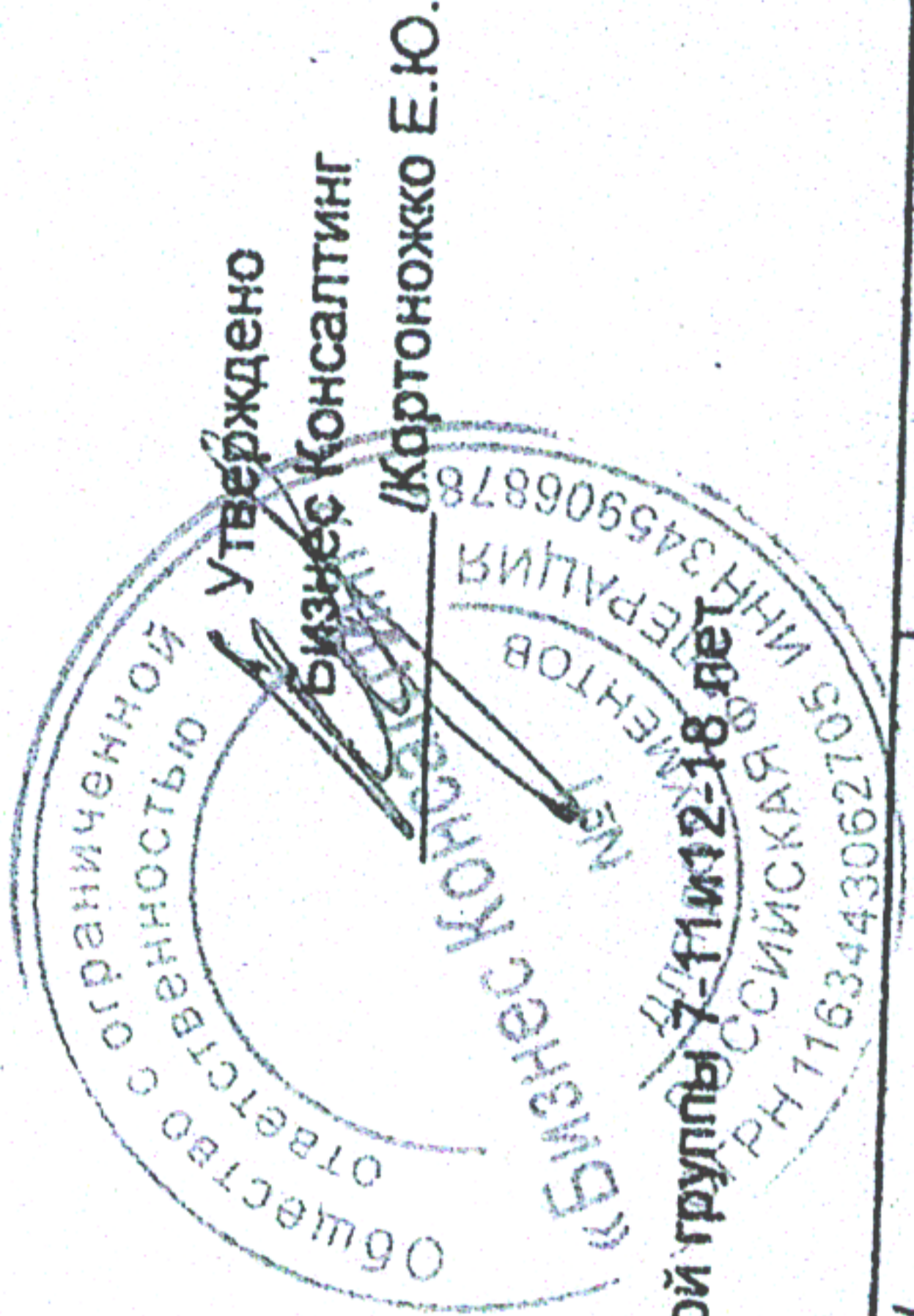


Согласовано:  
 директор *Лариса Николаевна*

14.09.2023



Утверждено  
 Бизнес Консалтинг  
 Картоножко 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/g				Энергет. ценность		Витамины (мг)	
	блюдо	блюдо	7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет

Вариант 7

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. Скурутин И.М., Тутельман В.А

Завтрак

№	Наименование блюда	Цена руб	вес блюда		Пищевые вещества/g				Энергет. ценность		Витамины (мг)		
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	
52	свекла отварная с маслом	12	60	100	0,88	1,48	3,6	6,01	8,26	55,68	92,8	0,07	0,07
ГТК 77/6	голубцы ленивые из п/ф высокой степени готовности	29	100	100	9,3	9,3	6,1	6,1	5,9	116	115	1,5	1,5
331	соус сметанный с томатом	3	20	20	0,3	0,3	0,99	0,99	1,40	16,02	16,02	0,26	0,26
171	каша гречневая рассыпчатая	18	150	150	8,3	9,95	6,3	7,56	43,2	233,7	280,44	0	0
701	хлеб пшеничный	5,25	20	30	1,54	2,31	0,48	0,72	10,68	53,20	79,80	0,00	0,00
376	чай с сахаром каркаде	15	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	60	60	0,3	0,3
	Итого	82,25	550	600	20,43	23,45	17,49	21,4	73,94	534,6	644,06	2,13	2,13
	Норма завтрака по СанПиН 209%-25% ± 5%		500	550	15,4-19,23	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-96,75	470-587,5	2,13	2,13