



Согласовано:  
 Директор  
 Лариса Николаевна



Утверждено  
 Бизнес Консалтинг  
 Коротовождо Е.Ю.

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

№ по списку	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	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	овощи натуральные по сезону (огурец)	10	60	0,48	0,8	0,06	0,1	1,02	1,7	6	10	1,75	3,5		
24	гуляш из отварного мяса	37,00	90	15,21	16,90	14,76	16,40	3,60	4,00	208,80	232,00	0,30	0,30		
205	макароны отварные с маслом	15	150	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	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	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3		
	<b>Итого</b>	<b>82,25</b>	<b>530</b>	<b>23,47</b>	<b>25,48</b>	<b>20,46</b>	<b>22,14</b>	<b>68,44</b>	<b>69,52</b>	<b>551,4</b>	<b>578,6</b>	<b>0,6</b>	<b>0,6</b>		
	Норма затрат по СанПиН 20%-25% ± 5%		500	15,1-19,25	18-22,5	13,8-19,75	16-23	67-83,75	70,6-95,75	470-587,5	544-630				

Вариант 8  
 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 колорийности продуктов питания: Справочник,-М.; Дели Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А