



Согласовано:
директор
Лариса Николаевна



Утверждено
Бизнес-Консалтинг
Кортоножко Е.Ю.

23.11.2023

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

№ блюда	Наименование блюд	Цена руб		вес блюда		Пищевые вещества/г				Энергет. ценность		Витамины (мг)	
		блюда	блюдо	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
2													

Вариант 4

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

Завтрак

В.А

ТК 77/1	котлеты рыбные из п/ф высокой степени готовности	39	100	100	12,30	12,30	4,70	4,70	6,90	6,90	119,00	119,00	0,70	0,70
331	соус сметанный с томатом	3	20	20	0,3	0,3	0,99	0,99	1,40	1,40	16,02	16,02	0,26	0,26
171	каша рисовая рассыпчатая	20	150	180	4,43	3,70	5,76	4,80	36,50	43,80	203,50	244,20	0,00	0,00
701	хлеб пшеничный	5,25	40	50	3,85	3,08	1,25	1,00	21,36	26,70	114,40	143,00	0,00	0,00
376	чай с сахаром	15	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3
	Итого	82,25	510	550	19,49	20,99	11,51	12,72	81,16	93,80	512,92	582,22	1,26	1,26

Формы завтрака по СанПиН 20%- 25% ± 5%	500	500	15.4-19.25	18-22.5	15.8-19.75	18-23	67.83.75	76.6-95.75	470-587.5	544-660
--	-----	-----	------------	---------	------------	-------	----------	------------	-----------	---------