

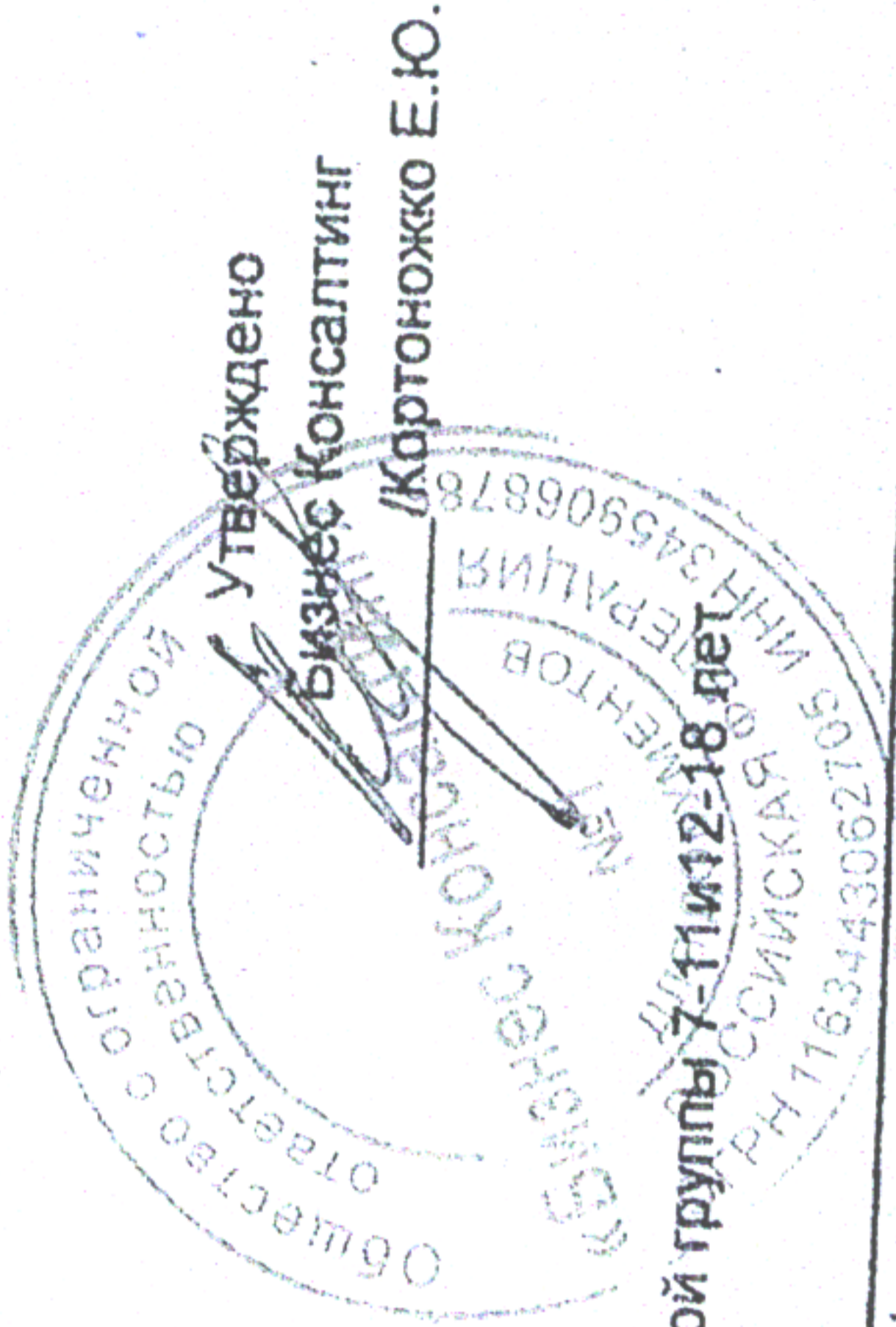
Согласовано:

Директор

Лариса Николаевна



26.12.2023



Утверждено
Бизнес Консалтинг
Картоножко Е.Ю.

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

Наименование блюд	Цена руб		вес блюда		Пищевые вещества/g						Энергет. ценность		Витамины (мг)	
	блюдо		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	Ж	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
2														

Вариант 7

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептов и диетических изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах и детских лагерях под редакцией В.Т. Лапиной.-М. 2004- 640с; Таблицы Химического состава и колорийности пищевых продуктов питания: Справочник,-М.; Дели Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А

Завтрак

№	Наименование	12	60		100		1,48		3,6		6,01		4,96		8,26		55,68		92,8		0,07		
			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	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет			
2	свекла отварная с маслом	12	60	100	0,88	1,48	3,6	6,01	4,96	8,26	55,68	92,8	0,07	0,07									
77/6	голубцы ленивые из п/ф высокой степени готовности	29	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	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 гречневая рассыпчатая	18	150	150	8,3	9,95	6,3	7,56	36	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	16,02	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	15	60	60	0,3	0,3									
	Итого	82,25	550	600	20,43	23,45	17,49	21,4	73,94	89,78	534,6	644,06	2,13	2,13									
	Норма завтрака по СанПиН 2096-25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	13,8-19,75	16-23	67-83,75	76,6-96,75	470-587,5	544-680											