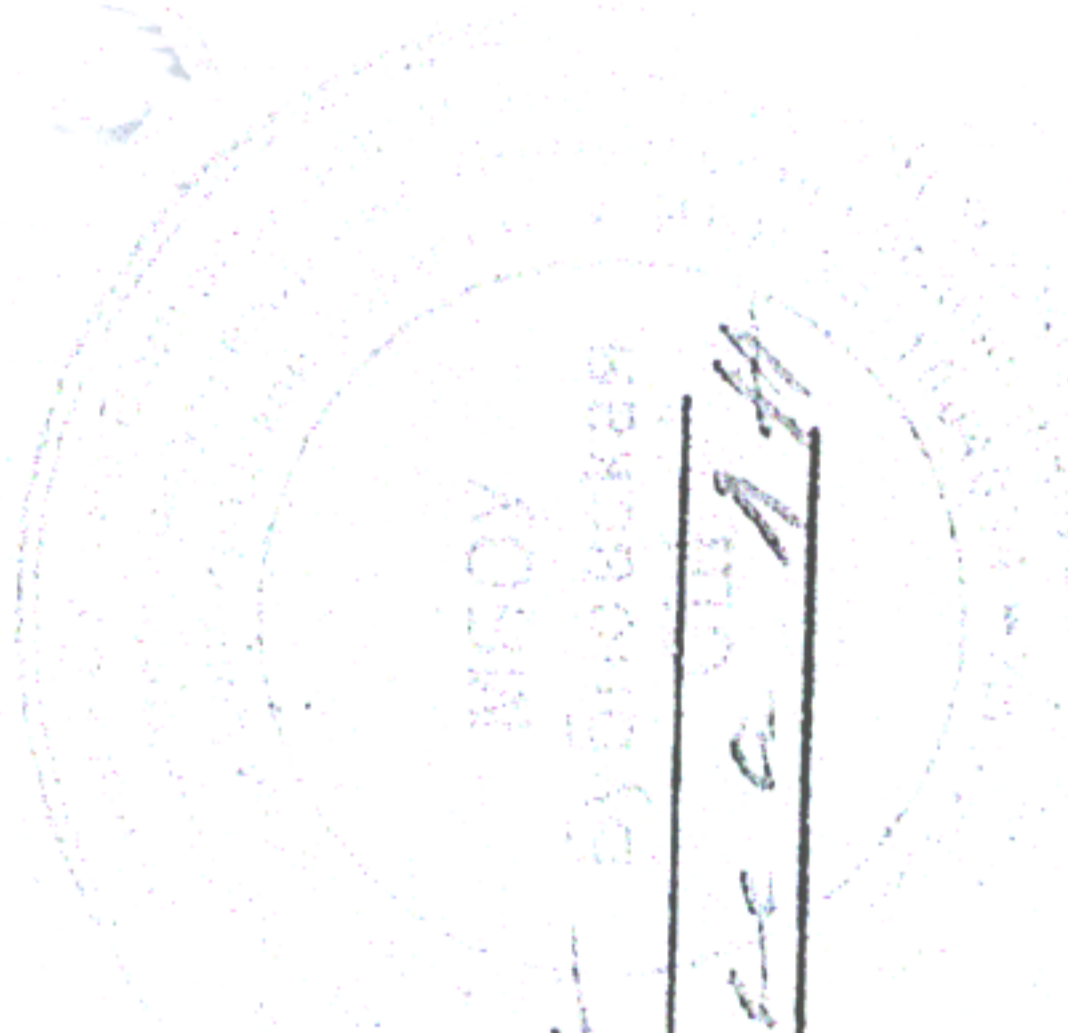


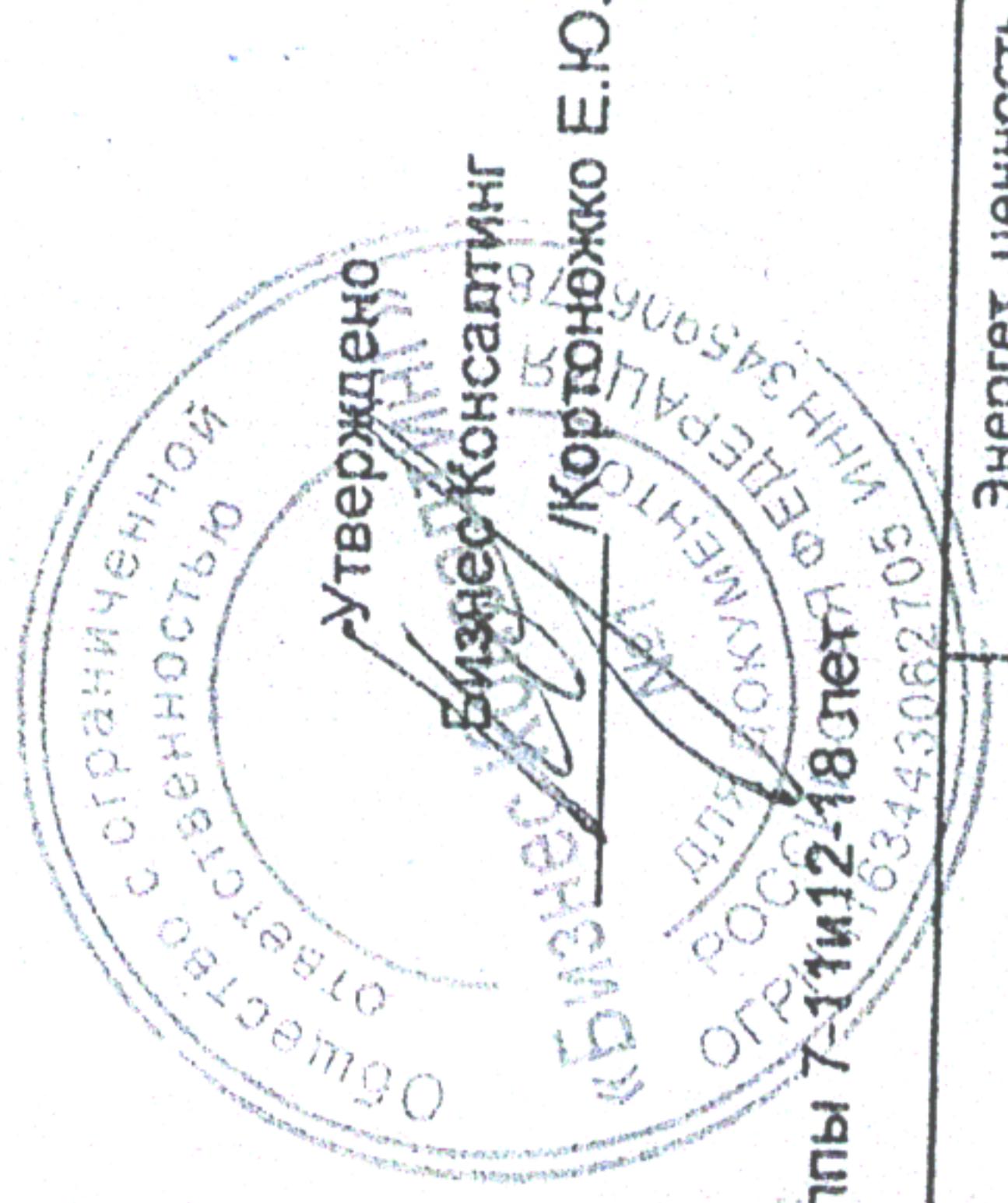
Согласовано:

директор

Лариса Николаевна



30.11.2023



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
Вариан 9															
плов из птицы	250	250	23,18	23,18	13,08	13,08	31,50	31,50	337,00	337,00	0,60	0,60			
овощи натуральные по сезону (помидор)	60	100	0,67	1,12	0,06	0,1	2,1	3,5	12,8	20	1,75	3,5			
хлеб пшеничный	40	50	3,08	3,85	1,00	1,25	21,36	26,70	114,40	143,00	0,00	0,00			
чай с сахаром и лимоном	200	200	0,13	0,13	0,02	0,02	15,2	15,2	62	62	0,3	0,3			
Итого	550	550	27,06	28,28	14,16	14,45	70,16	76,9	526,2	562	2,65	4,4			
Норма завтрака по СанПиН 20/03/2018 № 18-23	500	550	15,8-19,75	18-22,5	18-23	67-83,75	76,6-95,75	170-587,5	514-680						

Завтрак

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