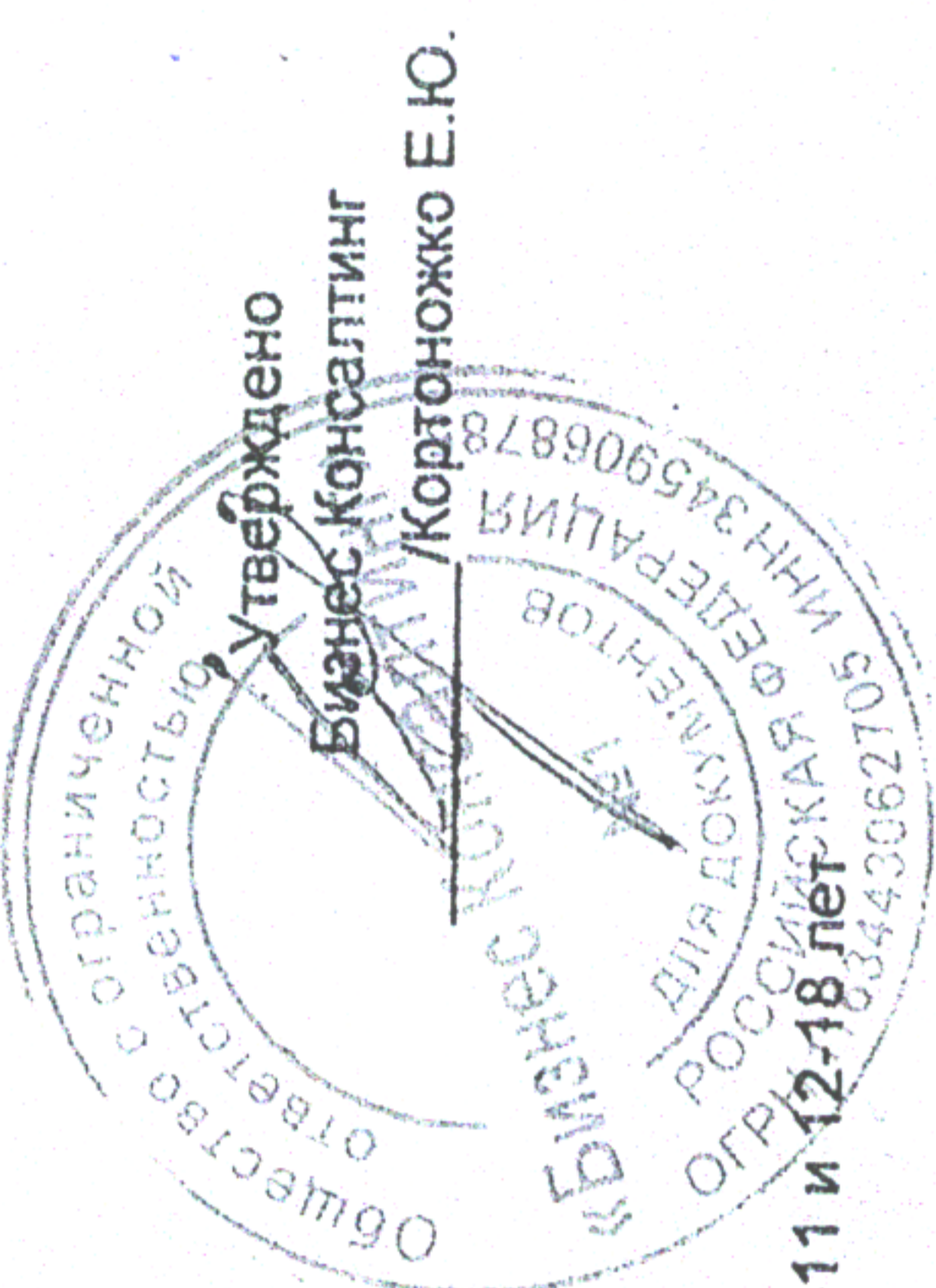




Согласовано:
директор
Лариса Николаевна



Утверждено
Бизнес-Консалтинг
Кортоножко Е.Ю.

07.12.2023

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

Наименование блюда	Цена руб		вес блюда				Пищевые вещества/gr				Энергет. ценность		Витамины (мг)		
	блюдо		7-11 лет		12-18 лет		7-11 лет		12-18 лет		ккал		С		
	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															

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. Лапиной.-М. 2004- 640с; Таблицы Химического состава и колорийности пищевых продуктов питания: Справочник.-М.; Дели Принт, 2008.-276с. Скуругин И.М., Тутельман В.А

Завтрак

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
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
каша рисовая рассыпчатая	20	150	180	4,43	3,70	4,80	5,76	36,50	43,80	203,50	244,20	0,00	0,00
хлеб пшеничный	5,25	40	50	3,85	3,08	1,00	1,25	21,36	26,70	114,40	143,00	0,00	0,00
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

Итого	500	550	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
-------	-----	-----	------------	---------	------------	-------	----------	------------	-----------	---------