

15 января 2024г.



Директор
МКОУ Тагурской СШ
Юрлова Ю.В.

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб		вес блюда		Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность		жирины (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	
1	2			Б	У											

Вариант 6

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

Завтрак

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

101/2004л	икра кабанчиковая консервированная	20	60	80	0,976	1,301	0,96	1,28	6,16	8,21	62,4	83,2	0	0
295/332/2017М	котлета куриная из п/ф с соусом	37	120	100	10,18	10,18	11,33	11,33	7,07	7,07	147,85	147,85	1,5	1,5
203/2017М	макаронны отварные с маслом	15	150	180	5,73	6,87	6,07	7,28	31,98	38,38	205,50	246,60	0,00	0,00
376/2017М	чай с сахаром	10	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3
701/2010М	хлеб пшеничный	5,36	30	40	2,31	3,08	0,72	0,96	16,02	21,36	79,80	106,40	0,00	0,00
	Итого	87,36	560	600	19,266	21,501	19,1	20,87	76,23	90,02	555,55	644,05	1,8	1,8
	Норма завтрака по СанПиН 209г.- 25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,6-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680		