

17 ноября 2023г.



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		Тампаны (г/м)	
			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	Ж	У	ккал	с	с

Вариан 9  
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 российских

Завтрак

продуктов питания:	Скурутин И.М., Тутельман В.А		Скурутин И.М., Тутельман В.А		Скурутин И.М., Тутельман В.А		Скурутин И.М., Тутельман В.А		Скурутин И.М., Тутельман В.А		Скурутин И.М., Тутельман В.А		
	120/2017м	338/2017м	14/2017м	701/2010м	382/2017м	Итого	500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	
Суп молочный с макаронными изделиями	33	250	300	5,47	6,56	4,75	5,69	17,95	23,25	150,00	180,00	0,11	0,11
Фрукт свежий (яблоко)	15	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00	10,00	10,00
масло порциями	13	10	10	0,8	0,8	7,25	7,25	0,13	0,13	66	66	0,04	0,04
хлеб пшеничный	5,25	50	50	3,85	3,85	1,20	1,20	26,70	26,70	133,00	133,00	0,00	0,00
какао с молоком	16	200	200	4,08	4,08	3,54	3,54	17,58	17,58	118,6	118,6	0,3	0,3
<b>Итого</b>	<b>82,25</b>	<b>610,0</b>	<b>660,0</b>	<b>14,6</b>	<b>15,7</b>	<b>17,1</b>	<b>18,1</b>	<b>72,2</b>	<b>77,5</b>	<b>514,6</b>	<b>544,6</b>	<b>7,9</b>	<b>7,9</b>

Норма завтрака по СанПин	20%±	25%±	5%
	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	544-680	