

27 октября 2023г.



Директор МКОУ Таловской СШ
Ю.В. Орлова

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		гаммы (мг)	
			7-11 лет	12-18 лет	ж	б	у	ккал	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
1	2		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

Вариант 10

Завтрак

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 калорийности российских продуктов питания: Справочник.-М.; Делта Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельян В.А

101/2004л	овощи консервированные (зеленый горошек)	15	60	80	1.35	1.80	0.18	0.24	7.92	10.56	38.52	51.36	0.63	0.84
291/2017м	плов из птицы	46	200	230	16.89	19.42	9.86	11.34	34.09	29.20	302.66	348.06	4.50	5.17
349/2017м	компот из сухофруктов	15	200	200	0.66	0.66	0.09	0.09	32.03	32.03	132.8	132.8	0.3	0.3
701/107м	хлеб пшеничный	6.25	50	50	3.85	3.85	1.20	1.20	26.70	26.70	133.00	133.00	0.00	0.00
	Итого	82,25	510	560	22,75	25,73	11,33	12,87	100,74	98,49	606,98	665,22	5,43	6,31
	Норма завтрака по СанПиН 20%± 5%		500	550	15.4-19.25	18-22.5	15.8-19.75	18-23	67-83.73	76.6-95.75	470-587.5	544-680		

Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапиной. - М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: Делта Принт, 2017. - 544с.

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: Делта Принт, 2010. - 544с.

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.; Делта Принт, 2008. - 276с. Скурутин И.М., Тутельян В.А.

САНПИН 1.2.3685-21 " Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания".