

28 декабря 2023г.



10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11и12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб		вес блюда		Пищевые вещества/g						Энергет. ценность		гаммины (мг)		
		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	А	Б	Ж	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	
1	2															

Вариант 8
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

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	вес блюда 7-11 лет	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/g		Ж	У	Энергет. ценность		гаммины (мг)			
					7-11 лет	12-18 лет			7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет		
282/332/2017м	оладьи из печени с морковью и соусом сметанным с луком	32,00	100	100	15,56	15,56	10,33	10,33	17,66	17,66	226,33	226,33	7,64	7,64
310/2017м	картофель отварной	18	150	180	3	3,6	0,6	0,72	23,7	28,44	112,2	134,64	21,75	21,75
52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	12	60	100	0,84	1,4	3,6	6,01	4,96	8,26	55,68	92,8	3,99	6,65
701/2017м	хлеб пшеничный	5,25	30	40	2,31	3,08	0,72	0,96	16,02	21,36	79,80	106,40	0,00	0,00
378/2017м	чай с молоком	15	200	200	1,52	1,52	1,35	1,35	15,9	15,9	81	81	1,33	1,33
	Итого	82,25	540	620	23,23	25,16	16,6	19,37	78,24	91,62	555,01	641,17	34,71	37,37
	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	544-680		

Норма завтрака по СанПиН 209%- 25% ± 5%