

31 января 2024г.



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						Энергетическая ценность		гаминны (мг)			
		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	С	7-11 лет	12-18 лет		
1	2																

Вариант 8

Сборник рецептов под редакцией ИП Могильного и В.А. Тугельяна, - 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

Завтрак

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб		вес блюда		Пищевые вещества/г						Энергетическая ценность		гаминны (мг)			
		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	С	7-11 лет	12-18 лет		
продуктов питания: Справочник,-М.; ДеЛи Принт, 2008.-276с. Скуртун И.М., Тугельман В.А																	
282/332/2017м	котлеты печеночные из п/ф с маслом	34,00	105	100	15,56	15,56	10,33	10,33	10,33	17,66	17,66	226,33	226,33	7,64	7,64		
310/2017м	картофель отварной	16	150	180	3	3,6	0,6	0,6	0,72	23,7	28,44	112,2	134,04	21,75	21,75		
52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	20	60	100	0,84	1,4	3,6	6,01	4,96	8,26	8,26	55,68	92,8	3,99	6,65		
701/2017м	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			
378/2017м	чай с молоком	12	200	200	1,52	1,52	1,35	1,35	15,9	15,9	81	81	81	1,33	1,33		
	Итого	87,36	545	620	23,23	25,16	16,6	19,37	78,24	91,62	555,01	641,17	34,71	37,37			
Норма завтрака по СанПиН 209/6-25% ± 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					