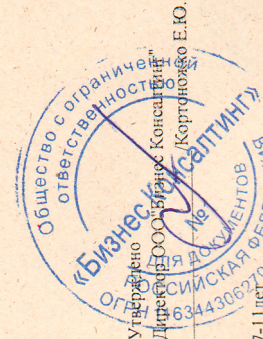




Согласовано: *М.О.У. Веретенная С.И.*
 Директор: *М.И.И.И.И.И.И.*



Утверждено
 Общество с ограниченной
 ответственностью
 «Бизнес-Салтинг»
 Директор: *В.А. Консалт*
 № *Коргонолово Е.Ю.*
 63443062705

24.10.2023

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена Рубли	вес блюда		Пищевые вещества/г						Энергет. ценность		Витамины (мг)	
			7-11 лет	12-18-11 лет	Б	Б	Ж	Ж	У	У	ккал	ккал	с	с

Обед

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена Рубли	вес блюда		Пищевые вещества/г						Энергет. ценность		Витамины (мг)	
			7-11 лет	12-18-11 лет	Б	Б	Ж	Ж	У	У	ккал	ккал	с	с
Вариант 10														
52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	11	60	100	0,84	1,4	3,6	6	4,96	8,26	92,8	55,68	3,99	6,65
135/2004л	суп овощной со сметаной	14	200/10	250/10	2,1	2,6	5,5	6,9	10,2	12,8	125,3	100,2	8,3	10,3
291/2017м	плов из птицы	47	50/150	60/180	16,89	20,27	9,86	11,83	34,09	40,90	363,19	302,66	4,50	5,40
702/2010м	хлеб ржесный	5,01	50	50	2,37	2,37	0,56	0,56	21,75	21,75	109,5	109,5	0,00	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	3	40	40	3,08	3,08	0,96	0,96	21,36	21,36	106,40	106,40	0,00	0,00
639/2017м	компот из сухофруктов	8	200	200	0,6	0,6	0	0	31,4	31,4	124	124	0,3	0,3
	Итого	88,01	760	890	25,86	30,34	20,50	26,23	123,80	136,42	798,48	798,48	17,09	22,65
	Норма обеды по СанПин 30%- 35% ± 5%		700	800	23,1-26,95	27-31,5	23,7-26,95	27-32,2	100,5-117,25	114,9-134,05	705-822,5	705-822,5		
	Всего за 10 дней			9090,0	246,90	273,90	218,76	255,29	1184,67	1302,15	7838,53	7838,53	145,72	387,09
	Средний суточный рацион		786	909	24,69	27,39	21,88	25,53	118,47	130,22	783,85	783,85	14,57	38,71

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.: ДеЛи плюс, 2017. - 544с.

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

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с. Скурякин 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"