

Утверждено  
 ООО «Витнес Консалтинг»  
 Директор  
 (Корпоративное Е.Ю.)  
 «Бизнес-Консалтинг»  
 № 345008871  
 ИНН 345008871  
 ОГРН 103443062708  
 КОД ОКВЭД 72.11  
 ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ

Согласовано:  
 Директор  
 М.Ю. Веретенная см.  
 М.И. Мещеряков

01.12.2023

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

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

Обед

52/2017м	салата отварная с растительным маслом	11	60	0,84	1,4	3,6	6	4,96	8,26	55,68	92,8	3,99	6,65
135/2004л	суп овощной со сметаной	14	200/10	2,1	2,6	5,5	6,9	10,2	12,8	100,2	125,3	8,3	10,3
29/1/2017м	плов из птицы	47	50/150	16,89	20,27	9,86	11,83	34,09	40,90	302,66	363,19	4,50	5,40
702/2010м	хлеб ржаной	5,01	50	3,37	2,37	0,56	0,56	21,75	21,75	109,5	109,5	0,00	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	3	40	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	0,6	0,6	0	0	31,4	31,4	124	124	0,3	0,3
	<b>Итого</b>	<b>88,01</b>	<b>760</b>	<b>25,86</b>	<b>30,34</b>	<b>20,50</b>	<b>26,23</b>	<b>123,80</b>	<b>136,42</b>	<b>798,48</b>	<b>921,14</b>	<b>17,09</b>	<b>22,65</b>
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%		700	23,1-26,95	27-31,5	23,7-26,95	27-32,2	100,5-117,25	14,9-134,05	705-822,5	816-952		
	<b>Всего за 10 дней</b>			246,90	273,90	218,76	255,29	1184,67	1302,15	7838,53	8781,14	145,72	387,06
	<b>Средний суточный рацион</b>		909	24,69	27,39	21,88	25,53	118,47	130,22	783,85	878,11	14,57	38,71

Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лащиной. - 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 плюс, 2008. - 276с. Суранин И.М., Тутельян В.А.

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