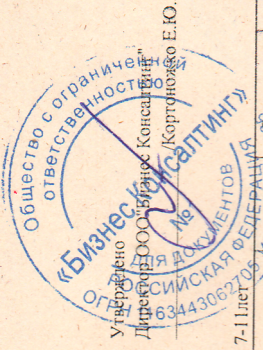




Согласовано: *М.У. Веретенная см.*
 Директор: *Менделеев*



Утверждено
 Директор ООО «Бизнес-Документ»
 № 6344306703 / Коргоножко Е.Ю.

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	12-18-11 лет	Б	Ж	Ж	У	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
1	2												

Вариант 10

№ рец. по сбор.	свекла отварная с растительным маслом	11	Обед					Энергет. ценность ккал		Витамины (мг)			
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет		
52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	11	60	100	0,84	3,6	6	4,96	8,26	55,68	92,8	3,99	6,65
135/2004л	суп овощной со сметаной	14	200/10	250/10	2,1	5,5	6,9	10,2	12,8	100,2	125,3	8,3	10,3
291/2017м	плов из птицы	47	50/130	60/180	16,89	9,86	11,83	34,09	40,90	302,66	363,19	4,50	5,40
702/2010ж	хлеб ржаной	5,01	50	50	2,37	0,56	0,56	21,75	21,75	109,5	109,5	0,00	0,00
701/2010ж	хлеб пшеничный	3	40	40	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	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	17,09	22,65
	Норма обеда 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	14,9-134,05	705-822,5		
	Всего за 10 дней		7860,0	9090,0	246,90	218,76	255,29	1184,67	1302,15	7838,53	8781,14	145,72	387,09
	Средний суточный рацион		786	909	24,69	21,88	25,53	118,47	130,22	783,85	878,11	14,57	38,71

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

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

Сборник рецептур 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. Суррахан И.М., Тутельян В.А.

САШИН 1.2. 3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания".