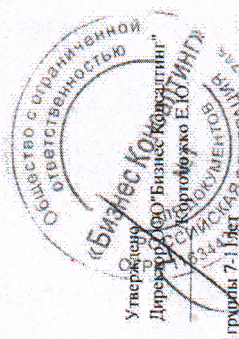


Согласовано: *М.Ю. Вербекина* ссс
 директор: *Павлов А.С. Мель*
 06.03.24



| № рец. по сбору | Наименование блюда | Цена рубль | вес блюда | | Пищевые вещества/г | | | | | | Энергет. ценность | | Витамин (мг) | | |
|-----------------|--------------------|------------|-----------|-----------|--------------------|---|---|---|---|------|-------------------|---|--------------|--|--|
| | | | 7-11 лет | 12-18 лет | Б | Ж | У | Ж | У | ккал | ккал | с | | | |
| 1 | 2 | | | | | | | | | | | | | | |

Завтрак

| | | | | | | | | | | | | |
|---------------|---|--------------|------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|--------------|
| 271/331/2017м | котлеты домашние с соусом | 45 | 100,0 | 100,0 | 7,81 | 12,28 | 12,28 | 10,62 | 10,62 | 180,00 | 180,00 | 0,00 |
| 331/2017 | соус | 5 | 20,0 | 20,0 | | | | | | | | |
| 203/2017м | макарон отварные с маслом | 15 | 150,0 | 180,0 | 5,73 | 6,07 | 7,28 | 31,98 | 38,37 | 205,50 | 246,60 | 0,00 |
| 701/2010м | хлеб пшеничный | 5,85 | 30 | 50 | 2,31 | 3,85 | 0,72 | 16,02 | 26,70 | 79,80 | 133,00 | 0,00 |
| 376/2017м | чай с сахаром | 10 | 200 | 200 | 0,07 | 0,07 | 0,02 | 15 | 15 | 60 | 60 | 0,3 |
| 338/2017м | фрукт свежий (яблоко) | 17 | 100 | 100 | 0,40 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 9,80 | 47,00 | 47,00 | 10,00 |
| | Итого: | 97,85 | 600 | 650 | 16,32 | 19,00 | 21,18 | 83,42 | 100,49 | 572,30 | 666,60 | 10,30 |
| | Норма завтрака по СанПиН 20% - 25% ± 5% | | 500 | 550 | 15,4-19,25 | 18-22,5 | 18-23 | 67-83,75 | 76,6-95,75 | 470-587,5 | 544-680 | |
| | Всего за 10 дней | | 5707,0 | 6277,0 | 206,84 | 226,43 | 221,09 | 798,69 | 910,99 | 5796,35 | 6515,17 | 118,43 |
| | Средний суточный рацион | | 570,7 | 627,7 | 20,68 | 22,64 | 22,11 | 79,87 | 91,10 | 579,64 | 651,52 | 11,84 |

| | | | | | | | | | |
|---|-----|-----|------------|---------|-------|----------|------------|-----------|---------|
| Норма завтрака по СанПиН 20% - 25% ± 5% | 500 | 550 | 15,4-19,25 | 18-22,5 | 18-23 | 67-83,75 | 76,6-95,75 | 470-587,5 | 544-680 |
|---|-----|-----|------------|---------|-------|----------|------------|-----------|---------|

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. Скурихин 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*.