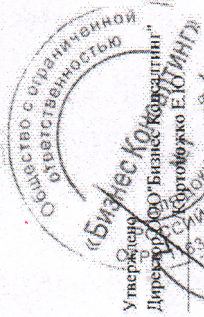


Согласовано: *М.Ю. Вербежная Селе*  
 директор: *Владимир А. Сид*



Утверждено: *С.А. Кочетков*  
 Директор ООО «Бизнес Кооператив»  
 Сергеевское Е.Ю. ЮНИТ

№-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

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

**Вариант 10**

**Завтрак**

271/331/2017м	комплеты домашние с соусом	45	100,0	7,81	7,81	12,28	12,28	10,62	10,62	180,00	180,00	0,00
331/2017	соус	5	20,0									
203/2017м	макарроны отварные с маслом	15	150,0	5,73	6,87	6,07	7,28	31,98	38,37	205,30	246,60	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	5,85	30	2,31	3,83	0,72	1,20	16,02	26,70	79,80	133,00	0,00
376/2017м	чай с сахаром	10	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3
338/2017м	фрукты свежие (яблоко)	17	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00	10,00
	<b>Итого</b>	<b>97,85</b>	<b>600</b>	<b>16,32</b>	<b>19,00</b>	<b>19,49</b>	<b>21,18</b>	<b>83,42</b>	<b>100,49</b>	<b>572,30</b>	<b>666,60</b>	<b>10,30</b>
	Норма завтрака по СанПиН 20%-25% ±3%		500	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	
	<b>Всего за 10 дней</b>		5707,0	206,84	226,43	202,48	221,09	798,69	910,99	5796,35	6515,17	118,43
	<b>Средний суточный рацион</b>		570,7	20,68	22,64	20,25	22,11	79,87	91,10	579,64	651,52	11,84

Норма завтрака по СанПиН 20%-25% ±3%

500 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

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

Сборник рецептов 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".