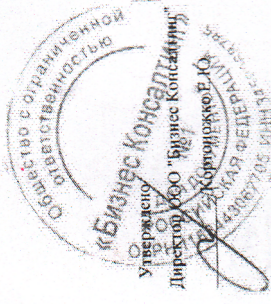




Согласовано: И.В. Вербенская с.и.
 директор Исидоров А.С. Исаев



08.11.05.24

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена Рубли	вес блюда		Пищевые вещества/г						Энергет. ценность		Витамины (мг)		
			7-11 лет	12-18 лет	Ж		У		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	
					Б	Б	У	У							
1	Вариант 10														
52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	15	60	0,84	1,4	3,6	6	4,96	8,26	55,68	92,8	3,99	6		
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	7		
291/2017м	плов из птицы	50	50/150	16,89	20,27	9,86	11,83	34,09	40,90	302,66	363,19	4,50	5		
701/2010м	хлеб ржаной	5,85	50	2,37	2,37	0,56	0,56	21,75	21,75	109,5	109,5	0,00	0		
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		
639/2017м	компот из сухофруктов	10	200	0,6	0,6	0	0	31,4	31,4	124	124	0,3	1		
	Итого	97,85	760	25,86	30,34	20,50	26,23	123,80	136,42	798,48	921,14	17,09	2		
	Норма обеда по СанПиН 30% ± 5%		700	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	816-952				
	Всего за 10 дней		7860,0	246,90	273,90	218,76	255,29	1184,67	1302,15	7838,53	8781,14	145,72	38		
	Средний суточный рацион		786	24,69	27,39	21,88	25,53	118,47	130,22	783,85	878,11	14,57	3		

Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапшиной. - 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.

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с. Скурхин И.М., Тутельян В.А.

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания. Справочник. - М.: ДеЛи плюс, 2010. - 544с.

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