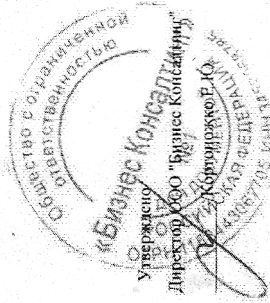


Согласовано: М.У. Вербенская с.п.о  
 директор Минин В. Г. С. Минин



01.10.17. 10.24

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена Рубли	вес блюда		Пищевые вещества/г						Энергет. ценность		Витамины (мг)	
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	С	7-11 лет	12-18 лет
<b>Вариант 10</b>														
52/2017м	салата отварная с растительными маслом	15	60	100	0,84	1,4	3,6	6	4,96	8,26	55,68	92,8	3,99	6
335/2004а	Суп овощной со сметаной	14	200/10	250/10	2,1	2,6	5,5	6,9	10,2	12,8	100,2	125,3	8,3	1
291/2017м	плов из птицы	50	50/150	60/180	16,89	20,27	9,86	11,83	34,09	40,90	302,66	363,19	4,50	5
702/2010м	хлеб ржечной	5,85	50	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	40	3,08	3,08	0,96	0,96	21,36	21,36	106,40	106,40	0,00	0
639/2017м	котлет из суррофуртатов	10	200	200	0,6	0,6	0	0	31,4	31,4	124	124	0,3	1
	<b>Итого</b>	<b>97,85</b>	<b>760</b>	<b>890</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>2</b>
			700	800	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		
			7800,0	9000,0	246,90	273,90	218,76	253,39	1184,67	1302,15	7838,53	8781,14	145,72	38
			786	909	24,69	27,39	21,88	25,53	118,47	130,22	783,85	878,11	14,57	31
			<b>Средний суточный рацион</b>											
			Норма обмена по СанПиН 30% ± 5%											
			Всего за 10 дней											

Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапшиной. - М.: Хлебпродцифрформ, 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. Скуряхин 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".