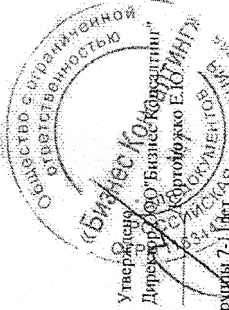


Согласовано: М.Ю. Веренская с.п.с.
 директор Масленников Д.С. Маск



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ рецепта по сбор	Наименование блюда	Цена рубль	вес блюда		Пищевые вещества/г		Энергетическая ценность		Витамин (мг)
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	Y	

Завтрак

№ рецепта по сбор	Наименование блюда	Цена рубль	вес блюда		Пищевые вещества/г		Энергетическая ценность		Витамин (мг)	
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	Y		7-11 лет
271/331/2017м	Котлеты домашние с соусом	45	100,0	100,0	7,81	12,28	10,62	180,00	180,00	0,00
331/2017	Соус	5	20,0	20,0						
203/2017м	Макаронные изделия с маслом	15	150,0	180,0	5,73	6,07	31,98	205,50	246,60	0,00
701/2010м	Хлеб пшеничный	5,85	30	50	2,31	0,72	16,02	79,80	133,00	0,00
376/2017м	Чай с сахаром	10	200	200	0,07	0,02	15	60	60	0,3
338/2017м	Фрукты свежие (яблоко)	17	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	47,00	10,00
	Итого	97,85	600	650	16,32	19,00	83,42	573,30	666,60	10,30
	Порция завтрака по СанПиН 20%-25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	67-83,75	470-587,5	544-680	
	Всего за 10 дней		5707,0	6277,0	206,84	226,43	221,09	5796,35	6515,17	118,43
	Средний суточный рацион		570,7	627,7	20,68	22,64	22,11	579,64	651,52	11,84
	Порция завтрака по СанПиН 20%-25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	67-83,75	470-587,5	544-680	

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.

Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: Дели принт, 2008. - 276с. Скурхин 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".