



Утверждено
Директор ООО
«Питание»
Москва

Согласовано:
директор
Центра безопасности пищевой продукции

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена рубли	вес блока		Пищевые вещества/g						Энергет. ценность		Витамины (мг)		
			7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	Ж	Ж	У	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	
1	Вариант 10														
271/331/2017м	комплеты домашние с соусом	49	100,0	100,0	7,81	12,28	12,28	10,62	10,62	180,00	180,00	0,00	0,00		
331/2017	СОУС	5	20,0	20,0											
203/2017м	макарроны отварные с маслом	15	150,0	180,0	6,87	6,07	7,28	31,98	38,37	205,50	246,60	0,00	0,00		
701/2010м	хлеб пшеничный	5,2	30	50	3,85	0,72	1,20	16,02	26,70	79,80	133,00	0,00	0,3		
376/2017м	чай с сахаром	10	200	200	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,00	0,00		
338/2017м	фрукты свежий (яблоко)	20	100	100	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00	10,00	10,00		
	Итого	104,2	600	650	16,32	19,00	21,18	83,42	100,49	572,30	666,60	10,30	10,30		
	Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680				
	Всего за 10 дней		5707,0	6277,0	206,84	226,43	202,48	798,69	910,99	5796,35	6515,17	118,43	138,13		
	Средний суточный рацион		570,7	627,7	20,68	22,64	20,25	79,87	91,10	579,64	651,52	11,84	13,81		
	Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	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.

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2008. - 276с. Скурихин И.М., Тутельян В.А.

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с.

ТАБЛИЦА 1.2. 3685-21 " Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания".