15.04.22.

Согласовано
директор [signature] Никонова Е.С./

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11и12-18 лет

№ рец.	Наименование блюд	Цена руб блюда	Выход блюда		Пищевые вещества/г						Энергетическая ценность ккал		[illegible]	
					Б		Ж		У					
1	2		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет

Вариант 10

Сборник рецептур под редакцией М.П Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с, Сборник рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах Под редакцией В. Т. Лапшиной. -М. 2004. 640с, Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник.-М.: ДеЛи Принт, 2008.-276с. Скурихин И.М., Тутельман В.А

Завтрак

313	котлета рубленная куриная с соусом и т/ф	33,09	100	100	10,58	10,58	4,52	4,52	8,05	8,05	115,30	115,30	[illegible]	3,73
305	рис припущенный	15	150	150	3,60	3,60	9,00	9,00	35,70	35,70	199,95	199,95	0,00	0,00
292	чай с сахаром	15	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	[illegible]	[illegible]
701	хлеб пшеничный	3	30	40	2,31	3,08	0,72	0,96	16,02	21,36	79,80	106,40	0,00	0,00
338	фрукт свежий (яблоко)	11	100	100	0,13	0,13	0,00	0,00	10,00	10,00	38,67	38,67	1,47	1,47
376	Итого	77,09	580	590	16,69	17,46	14,26	14,50	84,77	90,11	493,72	520,32	5,50	5,50
	[illegible]		[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]		
	Всего за 10 дней		5 330,00	5 440,00	164,08	177,39	168,[illegible]	172,99	780,21	834,83	5 265,29	5 545,34	[illegible]	[illegible]
	Средний суточный рацион		533	544	16,41	17,74	16,81	17,30	78,02	83,48	526,53	554,53	2,51	2,51
	[illegible]		[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]		