

13.05.22

Составитель:  
 директор: *С.А. Мясоедов*

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

№ п/п	Наименование блюда	Цена руб		всего блюд		Группы по возрасту						Итого
		Блюда	Блюда	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												
1	Каша гречневая с маслом	33,08	100	100	10,58	4,52	4,52	8,05	8,05	15,20	115,30	5,14
2	Сырники с сахаром	1,5	150	150	3,60	9,00	9,00	8,70	8,70	199,95	199,95	0,20
3	Хлеб пшеничный	1,5	200	200	0,07	0,07	0,07	1,5	1,5	60	60	0,3
4	Суп с овощами	1	40	40	2,31	0,77	0,96	16,02	21,16	79,80	106,40	0,00
5	Суп с овощами (обед)	11	100	100	0,13	0,00	0,00	10,80	10,80	38,67	38,67	0,00
6	Пюре	77,09	580	580	16,69	14,76	14,50	84,77	80,11	431,77	520,32	5,90
Итого												
			509	509	18,27	18,27	18,27	70,94	70,94	507	44,68	2,51
Всего за 10 дней			3330,00	3440,00	164,08	168,07	172,99	763,21	834,83	5755,29	9348,34	20,07
Средний суточный рацион			539	544	16,41	16,81	17,30	76,02	83,48	526,53	554,53	2,51

**Завтрак**

Сборник рецептов под редакцией М.А. Мясоедова и В.А. Тутельяна. 2017. 544с. Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах  
 Под редакцией В.А. Дашинской. М. 2008. 64с. Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. М.: ДеЛи Принт, 2008. 276с. Скурочки И.М., Тутельяна

**В.А**

№ п/п	Наименование блюда	Цена руб		всего блюд		Группы по возрасту						Итого
		Блюда	Блюда	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												
1	Каша гречневая с маслом	33,08	100	100	10,58	4,52	4,52	8,05	8,05	15,20	115,30	5,14
2	Сырники с сахаром	1,5	150	150	3,60	9,00	9,00	8,70	8,70	199,95	199,95	0,20
3	Хлеб пшеничный	1,5	200	200	0,07	0,07	0,07	1,5	1,5	60	60	0,3
4	Суп с овощами	1	40	40	2,31	0,77	0,96	16,02	21,16	79,80	106,40	0,00
5	Суп с овощами (обед)	11	100	100	0,13	0,00	0,00	10,80	10,80	38,67	38,67	0,00
6	Пюре	77,09	580	580	16,69	14,76	14,50	84,77	80,11	431,77	520,32	5,90
Итого												
			509	509	18,27	18,27	18,27	70,94	70,94	507	44,68	2,51
Всего за 10 дней			3330,00	3440,00	164,08	168,07	172,99	763,21	834,83	5755,29	9348,34	20,07
Средний суточный рацион			539	544	16,41	16,81	17,30	76,02	83,48	526,53	554,53	2,51