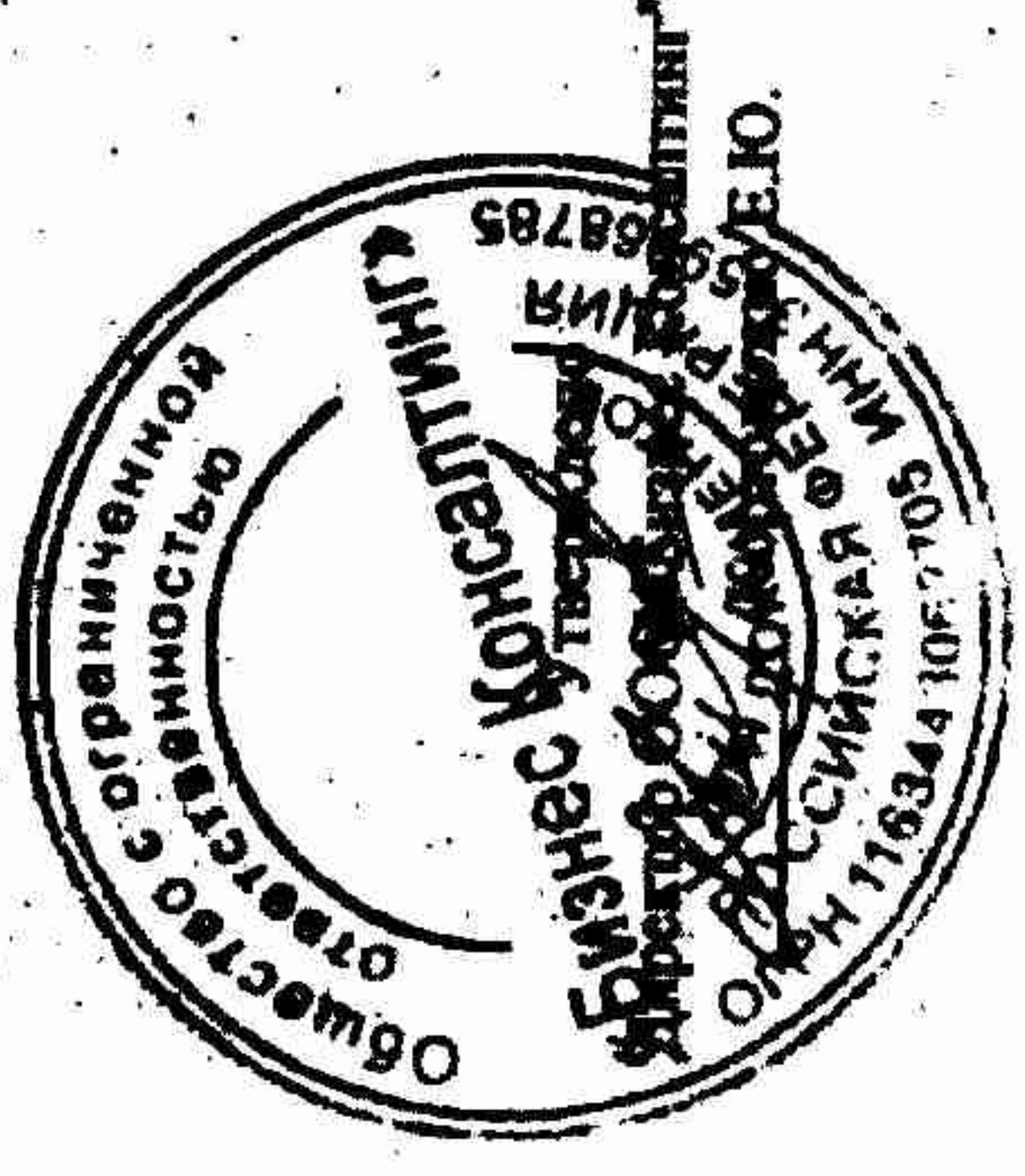


Согласовано:  
директор

*И.А. Николаева* Е.С.  
Министерство образования РБ  
Учрб 230123



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

05.04.23

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	цена руб	вес блюда		Пищевые вещества/г						Энергет. ценность ккал		таминны (мг)		
			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	
1	2				Б	Ж	У								

Вариант 3

Сборник рецептов под редакцией М.И. Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017-544стр; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под редакцией В.Т. Лашинской.-М. 2004- 640с; Таблицы Химического состава и калорийности российских

Завтрак

продуктов питания: Саратовчик,-М.; ДеЛя Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельян В.А

101/2004г	пюре кабачковая консервированная	16	60	100	0,976	1,626	0,96	1,6	10,262	62,4	104	0	0
51/2010м	Котлеты мясокрупные с соусом	34	100	100	13,4	13,40	10,90	10,90	6,50	139,57	139,57	0,42	0,42
171/2017м	Каша рассыпчатая гречневая	15	150	180	8,29	9,95	8,95	10,74	44,84	262,5	315	0,00	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	5,25	30	30	2,31	2,31	0,72	0,72	16,02	79,80	79,80	0,00	0,00
382/2017м	какао с молоком	12	200	200	4,08	4,08	3,54	3,54	17,58	118,6	118,6	0,3	0,3
	<b>Итого</b>	<b>82,25</b>	<b>540,0</b>	<b>610,0</b>	<b>29,1</b>	<b>31,4</b>	<b>25,1</b>	<b>27,5</b>	<b>95,2</b>	<b>662,9</b>	<b>757,0</b>	<b>7,9</b>	<b>7,9</b>

Норма завтрака по СанПиН 2094-25% ± 5%

500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680
-----	-----	------------	---------	------------	-------	----------	------------	-----------	---------