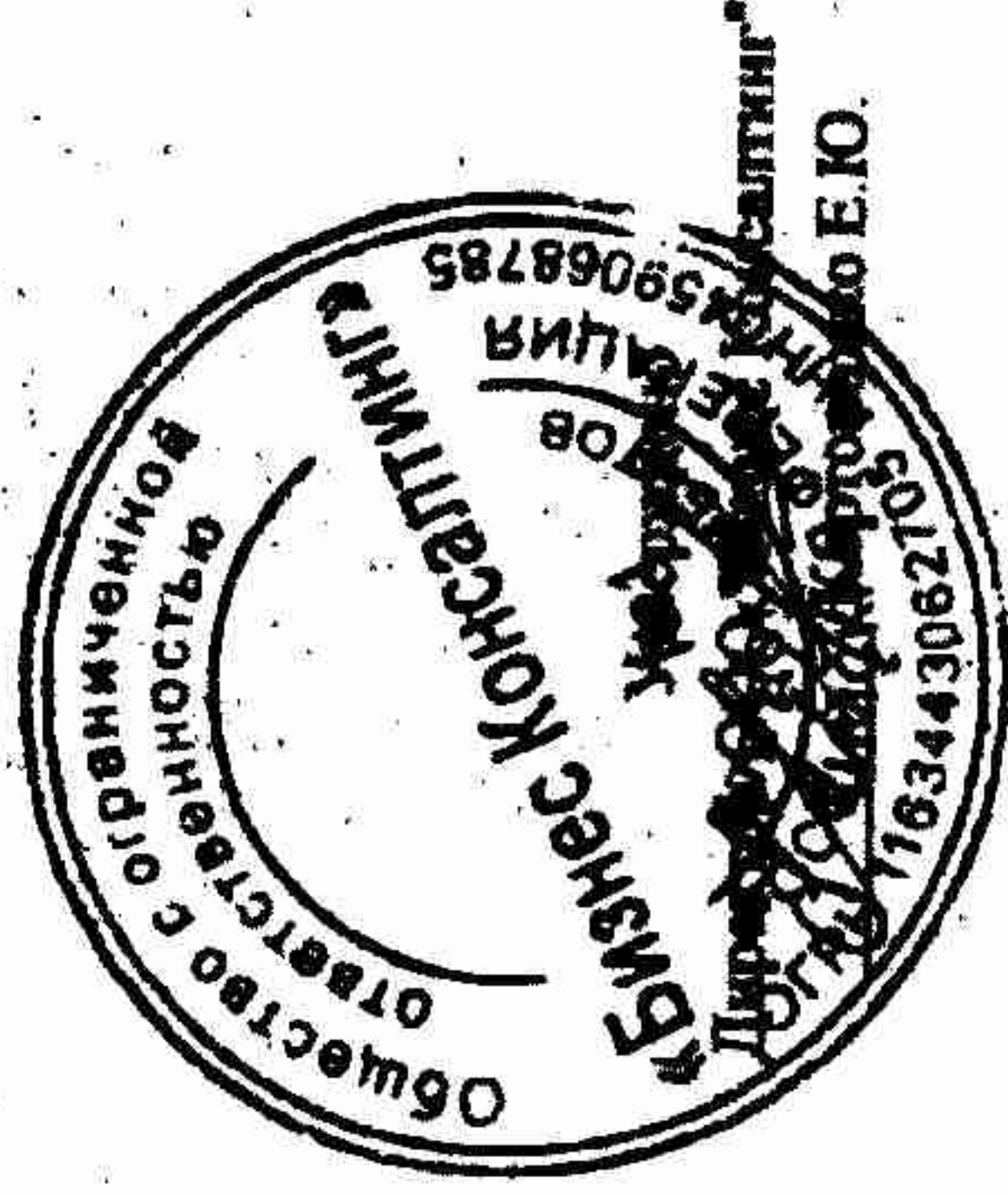


Составлено:  
директор

*Иванов Е.С.*  
*Учебно-производственная ЕМ*  
*учеб. 30.01.23*

12.04.23



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

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	цена руб	вес блока		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			
1	2														

Вариант 8

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного в В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептов и

кулинарные изделия для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под

редакцией В.Т. Лашинной.-М. 2004- 640с; Таблица химического состава и калорийности российских

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

№ рец.	Наименование блюд	цена руб	60	100	0,84	1,4	3,6	6,01	4,96	8,26	55,68	92,8	3,99	6,65
52/2017м	свежая отварная с растительным маслом	17												
282/332/2017м	котлеты печеночные с соусом сметанным с луком	33,00	100/20	100/20	15,56	15,56	10,33	10,33	17,66	17,66	226,33	226,33	7,64	7,64
310/2017м	картофель отварной	17	150	180	3	3,6	0,6	0,72	23,7	28,44	112,2	134,64	21,75	21,75
701/2017м	хлеб пшеничный	5,25	30	40	2,31	3,08	0,72	0,96	16,02	21,36	79,80	106,40	0,00	0,00
376/2017м	чай каркаде	10	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3
	Итого	82,25	560	640	21,78	23,71	15,27	18,04	77,34	90,72	534,01	620,17	33,68	36,34
	Норма завтрака по СанПиН 209-25% ± 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		

Завтрак