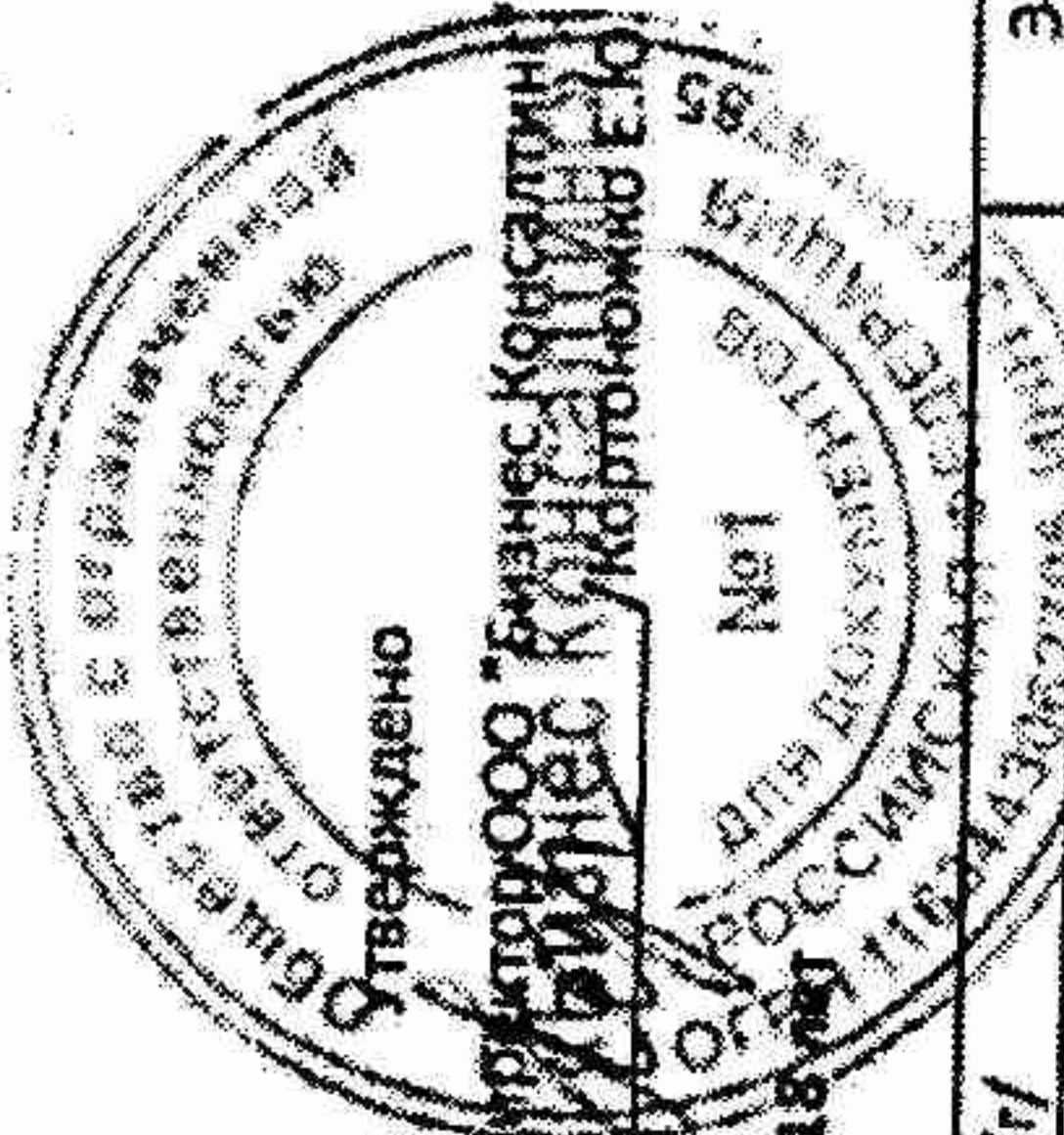


Согласовано:

Директор

М.И.С. Ветеринарная Служба
Минина Е.С.



09.06.23

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб.	вес блюда		Пищевые вещества/g		Энергет. ценность ккал
			7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	
1							

Неделя 1/ День 10

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб.	вес блюда		Пищевые вещества/g		Энергет. ценность ккал				
			7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет		7-11 лет	12-18 лет		
Завтрак											
183/2017м	Каша молочная жидкая гречневая с маслом и сахаром	20	200	250	11,31	11,36	14,2	31,3	39,12	263,64	329,52
338/2017м	Фрукт свежий (яблоко)	15	100	100	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	44,40	44,40
701/2010м	Хлеб пшеничный	5	40	50	3,95	0,4	0,5	19,32	24,15	93,52	116,9
382/2017м	Какао с молоком	13	200	200	4,18	3,54	3,54	17,58	17,58	118,9	118,9
	Итого		540	600	19,84	15,7	18,64	78	90,65	520,46	609,72
	Норма завтрака по СанПиН 20%-25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680

Обед

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб.	вес блюда		Пищевые вещества/g		Энергет. ценность ккал				
			7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет		7-11 лет	12-18 лет		
Обед											
24/2017м	Нарезка из свежих помидоров и огурцов	25	60	100	0,6	3,64	6,07	2,07	3,45	42,42	70,7
54-20С/2022н	Суп картофельный с рыбой	15	200	250	6,38	3,8	4,75	17,6	22	130,12	162,67
289/2017м	Рагу с птицей	40	200	250	14,35	15,39	19,24	19,62	24,52	274,39	342,96
360/2017м	Кисель из повидла	8	200	200	0,1	0	0	21,07	21,07	84,7	84,7
701/2010 м	Хлеб пшеничный	4	40	40	3,16	0,4	0,4	19,32	19,32	93,52	93,52
702/2010м	Хлеб ржано-пшеничный	5	50	50	2,8	0,55	0,55	24,7	24,7	114,95	114,95
	Итого	150	750	890	32,97	23,78	31,01	104,38	115,06	740,1	869,5
	Норма обеда по СанПиН 30%-35% ± 5%		700	800	23,1-26,95	23,7-26,95	27-32,2	100,5-117,25	114,9-134,05	705-822,5	816-952
	Итого за весь период		5 080,00	5 600,00	176,63	172,71	193,21	800,25	926,39	5 378,64	6 212,14
	Среднее значение за период		508	560	17,66	17,27	19,32	80,03	92,64	537,86	621,21
	Норма завтрака по СанПиН 20%-25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680
	Итого за весь период		7445	8635	256,79	241,71	291,67	1106,81	1241,152	7644,9	8789,27
	Среднее значение за период		744,5	863,5	25,679	24,171	29,167	110,681	124,1152	764,49	878,927
	Норма обеда по СанПиН 30%-35% ± 5%		700	800	23,1-26,95	23,7-26,95	27-32,2	100,5-117,25	114,9-134,05	705-822,5	816-952

Сборник рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапиной. - М.: Хлебродинформ, 2004. - 640с.
Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Мотильного и В.А. Тутельяна. - М.: Дели плюс, 2017. - 544с.

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: Дели принт, 2008. - 276с. Скурикин И.М., Тутельян В.А.
СанПиН 1.2.3685-21 " Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания".
Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления. На основе Федерального бюджетного учреждения науки "Новосибирский научно-исследовательский институт гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора" 2022г.- 275с