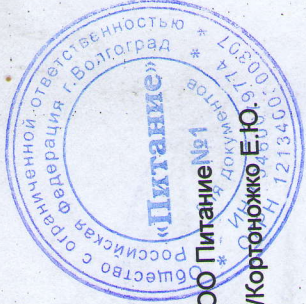
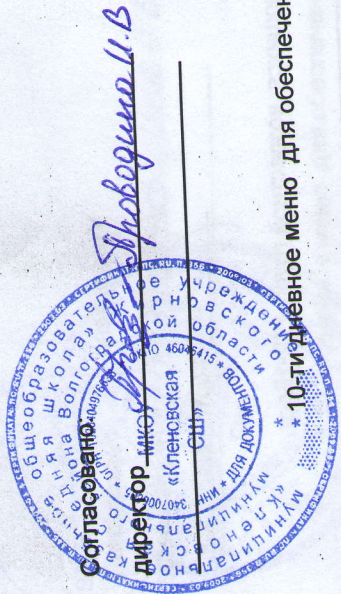


01.12.22



Утверждено
Директор ООО «Питание»
/Кортоножко Е.Ю.



Согласовано
Директор /Кортоножко Е.Ю.

10-тидневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена рубли	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал	Витамины (мг)
				12-18 лет				
				Б	Ж	У		
1	2							

Вариант 4

Завтрак

Сборник рецептов под редакцией МП 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 колорийности российских продуктов питания: Справочник,-М.; Дели

Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А

70/71/2017м	овощи по сезону (огурец свежий; соленый)	18	60	0,48	0,06	1,14	7,2	2,45
229/2017м	рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	27	100	9,75	4,95	3,80	105,00	0,70
171/2017м	рис припущенный	15	150	3,78	7,78	39,29	242,00	0,00
п.т	вафли	10	30	5,10	5,30	26,10	174,00	0,03
701/2010м	хлеб пшеничный	3,86	30	2,31	0,72	16,02	79,80	0,00
376/2017м	чай с сахаром	12	200	0,07	0,02	15	60	0,3
	Итого	85,86	570	21,49	18,83	101,35	668	3,48

18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
---------	-------	------------	---------

550

Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%