

06.12.22

Согласовано:
директор *И.В. Воробьева*



Утверждено
Директор ООО Питание
Е.Ю. Кортоножко

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

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

Вариант 7

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

181/2017м	каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом	28,00	200	5,55	9,74	38,50	264,55	1,17
399/2017м	блинчики со сметаной	25,00	70	3,25	5,47	15,79	125,60	0,03
701/2010м	хлеб пшеничный	3,86	30	2,31	0,72	16,02	79,80	0,00
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	16	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
377/2017м	чай с сахаром и лимоном	13	200	0,13	0,02	15,2	62	0,3
	Итого	85,86	600	11,64	16,35	95,31	578,95	11,5
	Норма завтрака по СанПин 20%± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	