

09.11.2022

Согласовано.  
 Директор МКОУ «СШ»  
 [Подпись]  
 09.11.2022

Утверждено  
 Директор ООО «Питание»  
 [Подпись]  
 №1 /Кортоножко Е.Ю.  
 09.11.2022

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

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена рубли	вес блюда	Пищевые вещества/г			Энергет. ценность ккал	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 8

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

Завтрак

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

255/2017м	печень по строгоновски	30,00	100	13,26	11,23	3,52	185,00	7,64
310/2017м	картофель отварной	15	150	3	0,6	23,7	112,2	21,75
52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	15	60	0,84	3,6	4,96	55,68	3,99
п.т	пряник	7	35	5,10	5,30	26,10	174,00	0,03
701/2017м	хлеб пшеничный	3,86	30	2,31	0,72	16,02	79,80	0,00
378/2017м	чай с молоком	15	200	1,52	1,35	15,9	81	1,33
	Итого	85,86	575	26,03	22,8	90,2	687,68	34,74
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	