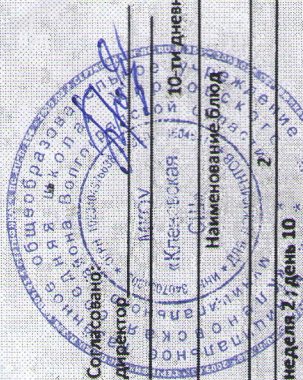




Согласовано: _____
директор _____

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11.12.18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб.	Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность ккал
			вес блюда		Б		Ж		
			7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	
1	2								

неделя 2 / день 10

Завтрак

Сборник рецептов под редакцией М.И. Могильного и В.А. Тугельяна, 2017 г. 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

овощи консервированные (зеленый горошек)	15	60	80	1,35	1,80	0,18	0,24	7,92	10,56	38,52	51,36
плов из птицы	47	50\150	70\160	16,89	19,42	9,86	11,34	34,09	29,20	302,66	348,06
компот из сухофруктов	15	200	200	0,66	0,66	0,09	0,09	32,03	32,03	132,8	132,8
хлеб пшеничный	52,25	50	50	3,85	3,85	1,20	1,20	26,70	26,70	133,00	133,00
Итого	82,25	510	560	22,75	25,73	11,33	12,87	100,74	98,49	606,98	665,22
Норма заправка по СанПиН 20%-25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	55,75	470-587,5	542-680

Норма заплата по Сантин	20%-25% ± 5%
-------------------------	--------------

Обед

Квартал	12	60	100	1,62	1,7	3	5	5,07	8,46	51,42	85,7
Квартал	15	200/10	250/10	1,66	2,02	5,31	6,31	8,42	10,42	88,16	106,16
Суп свежий со сметаной	29	100/20	100/20	13,55	13,55	16,06	16,06	16,26	16,26	263,25	263,25
Котлеты рубленые из птицы с соусом	10	150	180	3,03	3,64	5,94	7,128	20,98	25,16	157,5	189
Картофель отварной с маслом	10	200	200	0,16	0,16	0,16	0,16	27,88	27,88	114,6	114,6
Компот из свежих плодов	3,25	30	30	2,31	2,31	0,72	0,72	16,02	16,02	79,80	79,80
Хлеб пшеничный	3	30	30	1,9	1,9	0,3	0,3	12,3	12,3	59,55	59,55
Хлеб ржано-пшеничный	82,25	790	910	23,63	25,28	31,49	35,678	106,93	116,5	814,3	898,1
Итого		700	800	23,1-26,95	27-31,5	23,7-26,95	27-32,2	100,5-117,25	114,9-134,05	705-822,5	816-952
Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%											
Завтрак											
Всего за 10 дней		5 670,00	6 290,00	175,72	196,65	153,36	173,91	852,77	962,07	5 638,70	6 406,47
Средний суточный рацион		567	629	17,57	19,67	15,34	17,39	85,28	96,21	563,87	640,65

Neodymium

[illegible]

Норма заплата по СанПин 20%-25% ± 5%

[illegible]

Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В. Т. Лапшиной. - М.: Хлебтоплинформ, 2004. - 640с.

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Мотильного и В.А. Тутельяна - М. ДеЛи плюс, 2017. - 544с.

Сборник рецептов и рекомендаций для всех обучающихся / Под ред. М.П. Мотильного и В.А. Тутельяна. - М.: Делли плюс, 2010. - 544с.

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: Дели принт. 2008. - 276с. Скарихин И.М., Тутельян В.А.

САПТИН 1.2. 3685-21 "Гигиенические нормативы безопасности и (или) безвредности для здоровья факторов среды обитания".