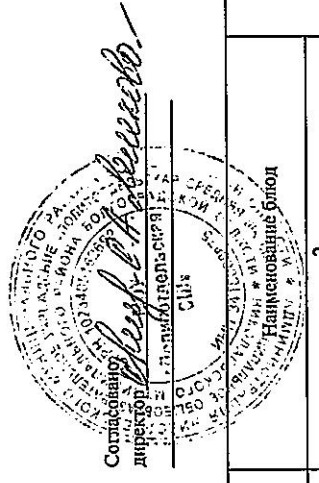


Утверждено
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
Коргоножко Е.Ю.



Согласовано
директор ООО "Бизнес Консалтинг"
Тутельяна В.А.

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Цена рубль	вес блюда		Пищевые вещества/g						Энергет. ценность ккал		Витамины (мг)	
		7-11 лет	12-18 лет	Б	Б	Ж	Ж	У	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
1													

Вариант 10

№ рец. по сбор.	Цена рубль	вес блюда		Пищевые вещества/g						Энергет. ценность ккал		Витамины (мг)	
		7-11 лет	12-18 лет	Б	Б	Ж	Ж	У	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
271/331/2017м	45	100,0	100,0	7,81	7,81	12,28	12,28	10,62	10,62	180,00	180,00	0,00	0,00
331/2017	5	20,0	20,0										
203/2017м	15	150,0	180,0	5,73	6,87	6,07	7,28	31,98	38,37	265,50	246,60	0,00	0,00
701/2010м	5,85	30	50	2,31	3,85	0,72	1,20	16,02	26,70	79,80	133,00	0,00	0,00
376/2017м	10	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3
338/2017м	17	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00	10,00	10,00
Итого	97,85	600	650	16,32	19,00	19,49	21,18	83,42	100,49	572,30	666,60	10,30	10,30
		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680		
		5707,0	6277,0	206,84	226,43	202,48	221,09	798,69	910,99	5796,35	6515,17	118,43	138,13
		5707,7	6277,7	20,68	22,64	20,25	22,11	79,87	91,10	579,64	651,52	11,84	13,81
		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680		

Завтрак

Норма завтрака по СанПиН	20% ± 5%
Средний суточный рацион	544-680

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

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

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2010. - 544с.

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с. Скурихин 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".