



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтрак) обучающихся группы 7-11 лет на 28.04.2023г.

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал 7-11 лет	Витамины (мг) с 7-11 лет
				Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет		
1	2							

неделя 2 / дни, 10

Завтрак

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тугельяна, - 2017г 544с;
 Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под редакцией В.Т. Лашиной.-М. 2004- 640с; Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник.-М.; ДеЛи Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тугельман В.А

47/2017м	капуста квашеная с растительным маслом	16	60	1,02	2	10,07	62,36	2,45
54-12м/2022н	Плов из пшišы	38	175	10,56	16,34	8,88	251,88	4,5
577/2017м	Чай с сахаром и лимоном	15	200	0,13	0,02	15,2	62	0,3
ШТ	Печенье сахарное	10	28	2,1	2,7	14,8	91,9	0
701/107м	хлеб пшеничный	6,54	40	3,16	0,1	19,32	95,52	0,00
	Итого	85,54	503	17,07	21,06	68,27	563,66	7,25



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 8-12 лет на 18.04.2023г.

№ рецеп сбор.	Наименование блюда	Цена	Выход	Ед. изм.	Ж	У	Эн. ценность	Витамины
1	2		12-18 лет					

неделя 2 / день 10

Сборник рецептов под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с;
Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под редакцией В.Т. Лашинной.-М. 2004- 640с; Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник.-М.; ДеЛи Принт, 2008.-276с. Скурutti И.М., Тутельман В.А

47/2017м	капуста квашеная с растительным маслом	16	100	1,7	3,3	16,67	104	4,9
54-12м/2022н	плов из птицы	38	200	12,54	19,46	17,76	296,34	4,50
377/2017м	Чай с сахаром и лимоном	15	200	0,13	0,02	15,2	62	0,3
701/107м	хлеб пшеничный	6,54	50	3,95	0,5	24,15	117	0,00
	Итого	85,54	550	18,32	23,28	73,78	579,17	9,7



**10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся
возрастной группы 12-18 лет на 28.04.2023г.**

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

неделя 2 / день 10

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при образовательных школах. Под редакцией Е.Т. Лапиной.-М. :2004.- 640с; Таблицы Химического состава и колорийности российских продуктов питания: Справочник.-М.; ДеЛибри, 2008.-276с. Скуругин И.М., Тутельман В.А

Сбед

54-7с\2022н	Суп картофельный с макаронными изделиями	8	250	6,45	7,22	23,12	183,02
289\2017м	рагу из птицы	37	250	15,43	21,30	22,0	345,6
348\2017м	Компст из смеси сушофруктов и кураги	15	200	1,3	0,08	33,6	140,64
701\2010м	Хлеб пшеничный	3	50	3,95	0,5	24,15	16,9
702\2010м	Хлеб ржано-пшеничный	2	60	3,36	0,66	29,64	137,94
	Итого за обед	58,00	810	31,51	29,76	132,51	924,1