



10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 7-11 лет на 15.05.2023г.

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

неделя 1 / день 1

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. Лапиной.-М. 2004- 640с; Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник,-М.; ДеЛи Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А

Завтрак

182/2017м	каша молочная жидкая рисовая с сахаром и маслом	37,00	200	7,71	7,90	28,70	216,74	1,17
399/2017м	блинчики с повидлом	25,00	70	3,83	5,86	18,11	140,5	0,03
701/2010м	хлеб пшеничный	5,54	30	2,37	0,30	14,49	70,14	0,00
378/2017м	чай с молоком	18	200	1,52	2,35	15,9	90,83	0,3
	Итого	85,54	500	15,43	16,41	77,2	518,21	1,5



Утверждаю: и.о.д.  
 директору ИЖОУ Москвы  
 Ольгой Сойсой

Н.А.Кевянич

**10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 12-18 лет**  
 На 15.05.2023г.

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб	Выход	Пищевые вещества		Эн.ценност ь	Витамины
				Б	Ж		
1	2		12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет

**неделя 1 / день 1**

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.Г. Лашиной.-М. 2004- 640с; Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник,-М.; Де Ли Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А

182/2017м	каша молочная жидкая рисовая с сахаром и маслом	37,00	250	9,63	9,88	35,88	270,88	1,17
399/2017м	блинчики с повидлом	25,00	70	3,83	5,86	18,11	140,5	0,03
701/2010м	хлеб пшеничный	5,54	40	3,16	0,40	19,32	96,52	0,00
378/2017м	чай с молоком	18	200	1,52	2,35	15,9	90,83	0,3
	<b>Итого</b>	<b>85,54</b>	<b>560</b>	<b>18,14</b>	<b>18,49</b>	<b>89,21</b>	<b>598,73</b>	<b>1,5</b>



**10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием ОВЗ обучающихся возрастной группы 12-18 лет на 15.05.2023г.**

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

**неделя 1 / день 1**

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. Лапиной.-М. 2004.- 640с; Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник,-М.; Де.Ли Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А

Обед							
№ ред.	Наименование	Цена руб	вес блюда	Б	Ж	У	Энергет. ценность ккал
54-7с\2022н	Суп картофельный с макаронными изделиями	8	250	6,45	7,22	23,12	183,02
54-12м\2022н	Плов из пшеницы	30	250	15,68	24,32	22,2	337
349\2017м	Компот из сухофруктов	15	200	0,66	0,09	32,14	132,8
701\2010 м	Хлеб пшеничный	3	50	3,95	0,5	24,15	116,9
702\2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	2	50	2,8	0,55	24,7	114,95
	<b>Итого за обед</b>	<b>58,00</b>	<b>810</b>	<b>29,54</b>	<b>32,68</b>	<b>126,31</b>	<b>884,67</b>