



Согласовано:
 директор *МКОУ «Медведицкая СШ»*
И.Е. Михайленкова

Утверждено
 Директор ООО «Питание»
Е.Ю. Коротко



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

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

Вариант 10

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 калорийности российских продуктов питания: Справочник,-М.; ДеЛи Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А

Код	Наименование	Цена	Вес	Б	Ж	У	Энергет. ценность	Витамины
101/2004л	овощи консервированные (зеленый горошек)	18	60	1,35	0,18	7,92	38,52	0,63
291/2017м	плов из птицы	42	50/150	16,89	9,86	34,09	302,66	4,50
п.т	печенье	8	28	4,35	16,95	15,60	117,00	0,00
349/2017м	компот из сухофруктов	14	200	0,66	0,09	32,03	132,8	0,3
701	хлеб пшеничный	3,86	50	3,85	1,20	26,70	133,00	0,00
	Итого	85,86	510	27,10	28,28	116,34	723,98	5,43
	Норма завтрака по СанПин 20%~ 25% ± 5%		500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	
	Всего за 10 дней		5 835,00	204,77	204,81	938,37	6 445,68	147,92
	Средний суточный рацион		583,5	20,48	20,48	93,84	644,57	14,79

Норма завтрака по СанПин 20%~ 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5
--	-----	------------	------------	----------	-----------

Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапшиной. - 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".