Утверждаю
Директор МКОУ Петрунинской СШ
Е.Н.Хохлова
20.02.2024

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

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

Вариант 2

Сборник рецептур под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017-544сг; Сборник рецептур 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

Завтрак

70/71/2017м	овощи по сезону в нарезке (помидор)	20	60	0.36	0	2.28	8.4	2.45
271/331/2017м	котлеты домашние из п/ф с соусом 100/20	35	120	8.32	13.15	7.17	180.62	0.00
203/2017м	макароны отварные с маслом	15	150	5.40	4.90	32.80	196.80	0.00
701/2010м	хлеб пшеничный	5.36	50	3.95	0.50	24.15	116.90	0.00
378/2017м	чай с лимоном и сахаром	12	200	0.3	0	10.58	43.52	1.33
	Итого	**87.36**	**580**	**18.33**	**18.55**	**76.98**	**546.24**	**3.78**
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5	