

Согласовано
директор



Леонова Л.В.



Утверждено
Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
Картоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

(горячие завтраки)

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7

День 6

Сборник рецептур блюд при общеобразоват.
школах под редакцией В.Т.Лапшиной 2004 Сборник рецептур

Завтрак

В.А.Тутельяна 2011

341\2016	Каша пшеничная рассыпчатая	180	7,5	5,6	31,3	199,0
437\2004	Гуляш	100	13,7	13,4	2,8	187,0
16\2004 или 70\2011	Нарезка овощная (помидор свежий, огурец свежий, огурец соленый, помидор соленый)	60	0,48	0,06	1,68	9,1
П,Т	Вафли	30	2,2	6,7	17,7	140
685\2004	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
701\2010	Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	82,5
	Итого	600	27,29	27,12	81,58	675,62
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18,4-23	76,6-95,75	544-680