Согласовано:
директор_МКОУ "Большесудаченская СОШ" _____
Белоусова О.В.

Дата 01.09.2022

Примерное дневное меню для горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 и 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб блюдо	вес блюда		Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность		Витамины (мг)	
					Б		Ж		У		ккал		с	
1	2		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
	Вариант 4													
	Сборник рецептур под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах				**Завтрак**									
313	котлета рыбная с соусом	44	100	100	6,73	6,73	8,02	8,02	5,04	5,04	115,30	115,30	0,70	0,70
305	рис припущенный	20	160	200	3,84	5,12	9,60	12,00	38,08	47,60	213,28	296,22	0,00	0,00
701	хлеб пшеничный	5,8	40	50	3,08	3,85	1,00	1,25	21,36	26,70	114,40	143,00	0,00	0,00
376	чай с сахаром	15	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3
	Итого	**84,80**	**500**	**550**	**13,72**	**15,77**	**18,64**	**21,29**	**79,48**	**94,34**	**502,98**	**614,52**	**1,00**	**1,00**
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680		
	Повар Имайчева Т.Н. Имайчева													