

Согласовано:

Директор *И.И. Давыдов*

Давыдов И.И.

Утверждено

Директор ООО "Бизнес Консалтинг"

«Бизнес Консалтинг»

ОГРН 1163443062705

№1

Росси́йская Федера́ция

ОГРН 1163443062705

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 и 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	цена рубли	вес блюда		Пищевые вещества/г/				Энергет. ценность	
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	7-11 лет	12-18 лет	ккал
1	2	3	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет

Неделя 2/ день 10

Завтрак

54-167/2022н	каша "Дружба" молочная с из смеси рисовой и пшеничной крупы	25	200	250	9	11,25	11,18	13,97	24,1	30,13	233,65	291,25
399/2017м	блинчики с повидлом	25	70	70	3,15	3,15	3,68	3,68	21,95	21,95	133,52	133,52
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	20	100	100	0,40	0,40	0,40	0,70	9,80	9,80	47,00	47,00
54-45гн/2022н	чай каркаде	8	200	200	0,16	0,16	0,08	0,08	7,18	7,18	30,08	30,08
701/2010м	Хлеб пшеничный	4,25	30	50	2,37	3,95	0,3	0,5	14,49	24,15	70,14	116,9
	Итого	82,25	600	670	15,08	18,91	15,64	18,93	77,52	93,21	514,39	618,75
	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

			5 390,00	6 220,00	198,77	235,98	178,06	208,93	680,23	839,38	5 149,76	6 227,88
	Всего завтраки за 10 дней		539	622	19,88	23,60	17,81	20,89	68,02	83,94	514,98	622,79
	Средний суточный рацион		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
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%											

Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления. На основе Федерального бюджетного учреждения науки "Новосибирский научно-исследовательский институт гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора" 2022г- 275с

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 и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапшиной. - М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.

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".