Согласовано:
Директор МКОУ Александровская СШ
04.09.23.

Утверждено
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
/Кортоножко Е.Ю.
01.09.23 г

08.09.23 г

10-ти дневное меню для обеспечением 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 ккал	
					Б		Ж		У			
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	7-11 лет	12-18 лет
	Неделя 2/ день10											
						Завтрак						
54-167/2022н	каша "Дружба" молочная с из смеси рисовой и пшенной 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
	Всего завтраки за 10 дней		5 390,00	6 220,00	198,77	235,98	178,06	208,93	680,23	839,38	5 149,76	6 227,88
	Средний суточный рацион		539	622	**19,88**	**23,60**	**17,81**	**20,89**	**68,02**	**83,94**	**514,98**	**622,79**
	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

Сборник рецептур 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 рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.:ДеЛи плюс, 2017. - 544с.

Сборник рецептур 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".