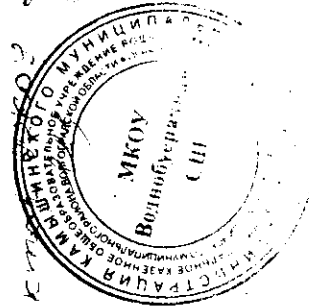


Удобен тараю

Директор МКОУ «Водно-бухарьской шк. Шк. №10» Шк. №10



27.10.2020

Меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			энерг. ценност ккал	Витамины (мг)
			б	ж	у		
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет

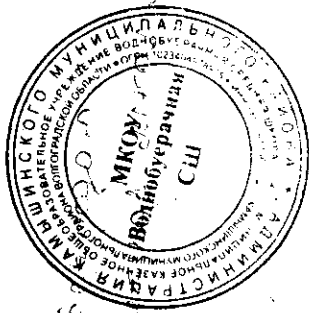
Вариант 10

Завтрак

Сборник рецептов под редакцией ИП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с;
 Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под редакцией В.Т. Лапшиной.-М. 2004- 640с; Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник.-М.: ДеЛи Принт, 2008.-276с. Скуругин И.М., Тутельман В.А

101/2004л	Овощи консервированные (зеленый горошек)	60	1,35	0,18	7,92	38,52	0,63
291/2017м	Плов из пшеницы	200	16,89	9,86	34,09	302,66	4,50
349/2017м	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,03	132,8	0,3
701/107м	Хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00	0,00
	Итого	510	22,75	11,33	100,74	606,98	5,43
	Норма завтрака по СанПин 20% - 25% ± 5%	500	15,4-19,25	5,8-19,75	67-83,75	470-587,5	

Цена меню 82.25



27.10.2023

меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г			энерг. ценно ккал	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		
1	2						12-18 лет

Вариант 10

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с;
 Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под редакцией В.Т. Лапиной.-М. 2004.- 640с; Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник.-М.: Дели Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельяна В.А

101/2004л	овощи консервированные (зеленый горошек)	80	1,80	0,24	10,56	51,36	0,84
291/2017м	плов из птицы	230	19,42	11,34	29,20	348,06	5,17
349/2017м	компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,03	132,8	0,3
701/107м	хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00	0,00
	Итого	560	25,73	12,87	98,49	665,22	6,31
	Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%	550	18,22,5	18,23	76,6-96,75	544-680	

сборник 2004 год 27.10.23

Дневная норма:

Витаминная смесь, водно-эфирная эмульсия
Витаминная смесь, водно-эфирная эмульсия



27.10.2023

меню для обеспечения обедом обучающихся с ОВЗ возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г			
			Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет	ккал 7-11 лет
1	2					

Вариант 10

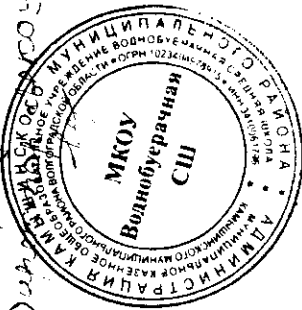
135\2004л	Суп овощной со сметаной	200/10	3,08	5,52	10,24	108,24
342\2011м	Компот из свежих плодов	200	0,1	0,2	27,5	112,7
3\2017 м	Бутерброд с сыром	50	5,8	8,3	14,83	157
702\2010м	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,53	0,45	17,4	87,6
	Итого	500	11,51	14,47	69,97	465,5

Цена меню 35.00

35.00

См. в. т. 0. 10.

Директор МКОУ «Воднобуерачная СШ» Шкурбанко Н.В.



27.10.2023

исно для обеспечения двухразовым горячим питанием обучающихся с ОВЗ возрастной группы 12-18 лет

№ рсч. по сбор.	Наименование блюда	12-18 лет		12-18 лет		12-18 лет	
		1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет

Вариант 10

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г
544с: Сборник рецептов в кулинарных изделиях для предприятий

101/2004л	овощи консервированные (зеленый горошек)	80	1,80	0,24	10,56		51,36
291/2017м	флов из птицы	230	19,42	11,34	29,20		348,06
349/2017м	комлот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,03		132,8
701/107м	хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70		133,00
Итого		560	25,73	12,87	98,49		665,22

Вариант 10

		Обед					
133/2004л	суп овощной со сытной	250/10	3,63	6,88	12,75		125,25
342/2011м	комлот из свежих плодов	200	0,1	0,2	27,5		112,7
312/017 м	бутерброд с сыром	50	5,8	8,3	14,83		157
702/2010ч	хлеб ржано-пшеничный	40	2,53	0,45	17,4		87,6
Итого		550	12,06	15,83	72,48		482,6

Цена меню 82,25