



Согласовано:

07.11.2022



Директор ООО "Питание"

Куртоножко Е. Ю

Дата

МЕНЮ 1-го дня

Понедельник

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал 7-11 лет
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
	ЗАВТРАК					
181/2017м	каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом	200	5,55	9,74	38,50	264,55
209/2017м	яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00
377/2017м	чай с сахаром и лимоном	200/12/8	0,13	0,02	15,2	62
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40
	Итого за прием пищи:	500	13,84	15,32	75,34	495,95
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапшиной. - М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Сборник технических нормативов: ФГБУ НЦЗД Минздрава России, НИИ ГиОЗДиП / под редакцией член-корр. РАН, д.м.н., профессора В.Р. Кучмы - М.: Издатель Научный центр здоровья детей, 2016. - 560 с.

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., Тутельян В.А.