

Согласовано:



16.01.2023

Директор ООО "Питание"

Кортоножко Е.Ю

Дата



МЕНЮ 6-го дня

Понедельник

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал
			Б	Ж	У	
		7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет
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
15/2017м	Сыр (порциями)	10	2,7	2,7	0,0	35,3
377/2017м	Чай с сахаром и лимоном	200/12/8	0,13	0,02	15,2	62
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00
338/2011м	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	45,6
	Итого за прием пищи:	580	12,6	14,0	89,9	540,5
	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. - М.: Дели плюс, 2011. - 544с.

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.