

10-ти днене



№ реч. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб		Пищевые вещества/г				Энергет. ценность	
		7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	ккал		
1	2	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет

Сборник рецептур под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г.-544с. Сборник рецептур и

мультинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под

редакцией В.Т. Лапшиной. М. 2004. 640с; Таблицы Химического состава и колорийности российских

продуктов питания: Спирочник, М.; Дели Принт, 2008-27 бс. Скурутин И.М., Тугельман В.А											
	25,00	200	250	7,10	8,88	11,66	14,57	40,25	50,24	295,45	369,32
192/2017м	каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом										
399/2017м	блинчики с повидлом	22,00	70	3,15	3,15	1,68	1,68	21,95	21,95	115,62	115,62
701/2010м	хлеб пшеничный	5,25	30	2,31	3,08	0,72	0,96	16,02	21,36	79,80	106,40
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	20	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00
376/2017м	чай с сахаром	10	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60
	Итого	82,25	600	13,03	15,58	14,48	17,63	103,02	118,35	597,87	698,34

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
------------	---------	------------	-------	----------	------------	-----------	---------

71\70\2017м	Овощи по сезонам (огурцы свежие; соленные)	13	60	100	0,35	0,58	0,05	0,08	0,95	0,158	6	10
54-76\2022м	Суп картофельный с макаронными изделиями	15	200	250	5,1	6,45	2,78	3,47	18,5	23,12	119,6	149,5
290\3302017м	Птица тушенная в сметанном соусе	28	100	100	11,78	11,78	10,12	10,12	2,93	2,93	150	150
171\2017м	Каша рассыпчатая пшеничная	10	150	180	6,66	7,99	9,17	11,003	39,22	47,06	264	316,8
376\2017м	Чай каркаде	10	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60
701\2017 м	Хлеб пшеничный	3,25	40	40	3,75	3,75	1,86	1,86	17,47	17,47	110	110
702\2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	3	40	40	2,53	2,53	0,45	0,45	17,4	17,4	87,6	87,6
	Итого	82,25	800	920	30,24	33,15	24,45	27,003	111,47	123,138	797,2	883,9
	Норма расхода по СанПин 30%- 35% ± 5%	700	800	800	23,1-26,95	27-31,5	23,7-26,95	27-32,2	100,5-117,25	114,8-134,05	705-822,5	816-952

Норма обѣда по СанПин 30%-35% $\pm$ 5%