

121/2016	4 день	Винегрет Дары осени	80	1,55	5,7	6,3	82,4	0,064	14,96	0	0	11,64	371,17	188,850	2,593	31,240	31,400	2,65
102/2017		Суп картофельный с бобовыми на мясокостном бульоне (говяжий)	250	5,500	5,270	16,530	148,25	0,230	5,800	0,020	0,230	42,670	94,760	35,600	0			0
686/04		Чай с лимоном (полуслидкий)	200/10/7	0,270	0,060	15,230	63	0,003	2,800	0	0,014	3,250	1,540	0,840	0,087			2,050
1/2017		Хлеб Ржаной	30	1,5	0,3	13,50	66	0,021	0,00	0,00	0,162	4,14	19,10	4,5	0,558			0,558
1/2017		Хлеб Пшеничный	50	3,800	0,400	24,600	118	0,055	0	0	0,550	10,000	32,500	7,000	0,550			0,550
Пром.		Прчики	34	1,870	1,360	26,860	129	0,020	0	0	0,000	3,060	14,000	0,000	0,200			0,200
		Итого		14,49	13,090	103,020	606,95	0,393	23,560	0,020	0,956	74,760	176,02	54,660	3,445			3,445
5 день																		
10/2016		Салат из зеленого горошка с маслом раст.	50	1,48	2,46	3,13	41,8	0,06	5,5	0,01	0,03	12,87	13,4	12,8	0,41			0,41
ТТК № 53к		Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	11,650	10,756	11,632	164	0,168	6,326	0,000	0,956	85,185	163,198	15,716	1,800			1,800
174/2017		Каша рисовая вязкая	180/5	2,770	5,000	27,600	166	0,020	0,000	0,000	0,220	26,310	27,600	29,100	1,250			1,250
ТТК №1		Чай полуслидкий	200	0,200	0,000	5,060	21,04	0,000	0,000	0,100	0,000	9,970	7,500	6,500	0,197			0,197
1/2017		Хлеб Ржаной	30	1,5	0,3	13,50	66	0,021	0,00	0,00	0,162	4,14	19,10	4,5	0,558			0,558
1/2017		Хлеб Пшеничный	50	3,800	0,400	24,600	118	0,055	0	0	0,550	10,000	32,500	7,000	0,550			0,550
338/2017		Яблоко свежее	100	0,400	0,400	7,350	47	0,030	8	0	0,100	16,000	11,000	9,000	0,030			0,030
		Итого		21,80	19,316	92,872	624,04	0,354	19,826	0,110	2,018	164,475	274,298	84,616	4,795			4,795
6 день																		
ТТК №65		Салат "Здоровье"	60	5,340	5,4	10,800	33	0,030	4,500	14,46	1,381	13,140	18,606	10,800	0,18			0,18
ТТК №22		Бытчки Рябушка п/ф с овощами (мексиканская смесь)	75/25	9,750	10,560	11,280	182,98	6,300	0,035	0,162	0,850	14,220	124,370	26,780	1,240			1,240
173/2017		Каша гречневая вязкая	180/5	7,990	10,830	41,000	204	0,350	0,000	0	0,621	44,800	204,700	53,500	1,321			1,321
686/04		Чай с лимоном (полуслидкий)	200/10/7	0,270	0,060	15,230	63	0,003	2,800	0	0,014	3,250	1,540	0,840	0,087			0,087
1/2017		Хлеб Ржаной	30	1,5	0,3	13,50	66	0,021	0,00	0,00	0,162	4,14	19,10	4,5	0,558			0,558
1/2017		Хлеб Пшеничный	50	3,800	0,400	24,600	118	0,055	0	0	0,550	10,000	32,500	7,000	0,550			0,550
		Итого		28,650	27,550	116,410	667,28	6,759	7,335	14,622	3,578	89,550	400,816	103,420	3,936			3,936

ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:	Масса порции, гр	Пищевые вещества (гр) Белки	Пищевые вещества (гр) Жиры	Пищевые вещества (гр)	Энерг. ценность (ккал)	Витамины (мг) В1	Витамины (мг) С	Витамины (мг) А	Витамины (мг) Е	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
В среднем в день:		140,8	137,9	620,5	4128,5	8,7	100,1	38,4	17,3	919,5	2016,0	521,0	23,9
		23,80	23,00	104,20	684,62	1,45	14,40	6,40	2,90	171,80	336,35	86,65	3,90

Примечание: при составлении меню использованы

1. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"
2. Сборник технических нормативов. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных В.Т. Лапиной, 2004 г. гор.Москва
3. Сборник технических нормативов –Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях –М.: Делли принт
4. Сборник технических нормативов –Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. –М.: Делли принт, 2016 г.
5. Сборник технических нормативов –Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. –М.: Делли принт, 2016 г.
6. Технико-технологические карты разработанные ООО "Школьное питание"