

№47/2017	Салат из квашеной капусты (без лука)	60	1,03	3,00	5,10	51,42	0,01	11,90	0,00	0,24	31,34	20,37	9,61
ТТК № 497н	Биточки рыбные Любительские с соусом	100	7,81	6,94	7,52	123,75	0,07	2,64	0,04	0,61	35,80	127,32	25,40
№ 312/2017	Пюре картофельное	150	3,09	8,28	22,00	172,00	0,16	7,94	0,08	3,00	47,80	98,80	8,00
№ 342/2017	Напиток из свежих яблок	200	0,20	0,20	18,40	76,30	0,00	1,60	0,00	0,30	13,00	4,40	4,40
№ 1 / 2017	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	118,33	0,05	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00
	Итого		15,93	18,82	77,62	541,80	0,29	24,08	0,12	4,70	137,94	283,39	54,41
	5 день												
	Завтрак												
№ 67/2017	Винегрет овощной "Дары осени"	60	1,16	4,30	4,72	75,06	0,03	5,78	0,00	0,30	18,74	26,00	11,72
№ 291/2017	Плов из филе куриной грудки	200	13,31	12,41	22,34	254,29	0,21	4,90	0,10	1,20	83,07	273,00	40,45
№ 377/2017	Чай с лимоном полусладкий	200/10/7	0,27	0,06	15,23	63,00	0,00	2,80	0,00	0,01	3,25	1,54	0,84
№ 1 / 2017	Хлеб Пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	118,33	0,05	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00
	Итого		18,54	17,17	66,89	510,68	0,29	13,48	0,10	2,06	115,06	333,04	60,01
	6 день												
	Завтрак												
ТТК № 390	Салат «Веснушка»	60	1,54	6,05	6,45	86,38	0,05	9,31	0,38	0,13	22,22	43,98	17,19
ТТК № 22	Биточки "Рябушка" с соусом томатным	100	8,00	10,74	12,20	174,52	0,07	0,93	0,03	0,20	21,70	114,72	21,64
№ 173/2017	Каша гречневая вязкая	150	4,50	5,01	28,50	187,00	0,09	0,00	0,10	0,82	16,46	57,01	8,48
ТТК № 1	Чай полусладкий	200	0,20	0,00	5,06	21,04	0,00	0,00	0,10	0,00	5,05	8,25	4,40
№ 1 / 2017	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	118,33	0,05	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00
Пром.	Печенье	23	2,46	3,22	20,52	120,90	0,03	0,00	0,00	0,10	9,52	10,30	4,20
	Итого		20,50	25,42	97,33	708,17	0,29	10,24	0,61	1,80	84,95	266,76	62,91

			Белки г	Жиры г	Углеводы г	Калорийность	Витамин В1 мг	Витамин С,мг	Витамин А мг	Витамин Е мг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг
ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:							1,68	112,34	1,14	14,05	636,63	1535,81	365,69	21,43
В среднем в день:							0,28	18,72	0,19	2,34	106,11	255,97	60,95	3,57
ИТОГО ЗА 12 ДНЕЙ:						Калорийность	Витамин В1 мг	Витамин С,мг	Витамин А мг	Витамин Е мг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг
В среднем в день:						7291,37	3,07	246,11	2,52	32,46	1411,06	3086,24	699,91	38,45
Итого за 12 дней:						607,61	0,26	20,51	0,21	2,71	117,59	257,19	58,33	3,20

Примечание: при составлении меню использованы

2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"

...-технологические карты разработанные ООО "Школьное питание"

...рник технических нормативов –Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в образовательных организациях /
...од ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. –М.: ДеЛипринт, 2017 г.

конт.тел.:8(8552) 707107