

№ Сбор рещ. На про-ию для обуч
Во всех образ. учреж-Дели 2017

Наименование блюд

ПОНЕДЕЛЬНИК

табл 6 стр. 136. Хим. Состав и
калорийность российских продуктов
питания Дели + 2012

Выход, г	Стоимость, р	уб.	Белки, г	Жиры, г	Угл-ды, г	ЭЦ, ккал	В, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са	Р	Мг	Fe
30	2,25	2,94	22,3	125,1	5,0	14,5	45	10	1,05					
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	12,01	92,80	0,02	0,73	0,00	0,51	32,48	23,44	17,46	0,70	
Итого:	230	8,80	2,91	3,03	34,33	217,90	0,02	0,73	5,00	0,51	46,98	68,44	27,46	1,75
ВТОРНИК														
Вафли	30	3,30	4,25	9,0	49,07	0,02	0,04	1,5	1,425	2,25	12,75	1,5	0,15	
Чай с сахаром и лимоном	185/10/5	0,13	0,02	10,20	40,20	2,83	0,01	14,05	4,40	2,40	0,34	0,5		
Итого:	230	8,80	3,4	4,3	19,2	89,3	0,0	2,9	1,5	1,4	16,3	17,2	3,9	0,5
СРЕДА														
Булочка	50	3,64	6,26	22,0	159	0,06	2,0	2,33	9,9	35,0	13,7	0,65		
Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	10,00	40,00	0,03	11,10	2,80	1,40	0,28	0,9			
Итого:	250	8,80	3,7	6,3	32,0	199,0	0,1	0,0	2,0	2,3	21,0	37,8	15,1	0,9
ЧЕТВЕРГ														
Пряник	30	3,60	1,77	22,5	109,8	0,02	0,72	3,3	15	2,7	0,24			
Компот из свежих яблок	200	0,68	0,28	20,76	88,20	0,01	100,00	0,76	21,34	3,44	3,44	0,63		
Итого:	230	8,80	4,3	2,1	43,3	198,0	0,0	100,0	0,0	1,5	24,6	18,4	6,1	0,9
ПЯТНИЦА														
Бутерброд с маслом	30/10	2,33	8,12	15,6	144,6	0,03	40,0	6,9	21	3,9	0,38			
Чай с мармеладом	185/15	0,13	0,04	1,90	8,20	0,02	13,90	4,60	1,40	0,56				
Итого:	240	8,80	2,5	8,2	17,5	152,8	0,0	0,0	40,0	0,0	20,8	25,6	5,3	0,9
СУББОТА														
Печенье	30	2,25	2,94	22,3	125,1	5,0	14,5	45	10	1,05				
Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	10,00	40,00	0,03	11,10	2,80	1,40	0,28				
Итого:	230	8,80	2,3	3,0	32,3	165,1	0,0	0,0	5,0	0,0	25,6	47,8	11,4	1,3
ИТОГО	1410	19,11	26,75	178,55	1022,07	0,16	103,68	53,50	5,75	155,32	215,23	69,30	6,31	

табл 6 стр. 136. Хим. Состав и
калорийность российских продуктов
питания Дели + 2012

375, 376/2017

Чай с сахаром
Итого:

190/10
230

8,80

0,07 0,02

10,00 40,00

40,00

0,03

0,03

5,0

0,0

11,10 2,80

25,6 47,8

11,4 1,3

1,05

табл 6 стр. 136. Хим. Состав и
калорийность российских продуктов
питания Дели + 2012

399/2010

Компот из свежих яблок
Итого:

200
230

8,80

0,68 4,3

0,28 2,1

20,76 43,3

88,20 198,0

0,01 0,0

100,00 100,0

0,0

0,76 1,5

21,34 24,6

3,44 18,4

3,44 6,1

376/2017

Бутерброд с маслом
Чай с мармеладом
Итого:

30/10
185/15
240

8,80

2,33 0,13

8,12 0,04

15,6 1,90

144,6 8,20

0,03 0,02

40,0

0,0

6,9 13,90

21 4,60

3,9 1,40

0,38 0,56

375, 376/2017

Печенье
Чай с сахаром
Итого:

30
190/10
230

8,80

2,25 0,07

2,94 0,02

22,3 40,00

125,1 40,00

0,03

5,0

0,0

14,5 11,10

45 2,80

10 1,40

1,05 0,28

Примерное циклическое меню на сумму дотации для учащихся общеобразовательных учреждений

2 - я неделя

№ Сбор. рещ. На прод.мо для обуч. Во всех образах Учреж-Дели 2017

Наименование блюда	Выход,г	Стоимость,р уб.	Белки,г	Жиры,г	Угл-ды,г	ЭЦ,ккал	В1,мг	С,мг	А,мкг	Е,мг	Са	Р	Mg	Fe
--------------------	---------	--------------------	---------	--------	----------	---------	-------	------	-------	------	----	---	----	----

Табл 6 стр. 136, Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дели + 2012

ПОНЕДЕЛЬНИК														
Вардли	30		3,30	4,25	9,0	49,07	0,02	0,04	1,5	1,425	2,25	12,75	1,5	0,15
Чай с сахаром и яблоками	180/10/10		0,11	0,06	10,97	44,66	0,01	1,02			12,89	4,13	2,49	0,53
Итого:	230	8,80	3,41	4,31	20,00	93,73	0,02	1,06	1,50	1,43	15,14	16,88	3,99	0,68

Табл 6 стр. 136, Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дели + 2012

ВТОРНИК														
Печенье	30		2,25	2,94	22,3	126,1			5,0		14,5	45	10	1,05
Чай Витаминный	185/10/5		0,13	0,02	10,20	40,20		2,83		0,01	14,05	4,40	2,40	0,34
Итого:	230	8,80	2,4	3,0	32,5	165,3	0,0	2,8	5,0	0,0	28,6	49,4	12,4	1,4

промышленного производства

375,376/2017

Табл 6 стр. 136, Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дели + 2012

Булочка	50		3,64	6,26	22,0	159		0,06	2,0	2,33	9,9	35,0	13,7	0,65
Чай с сахаром	190/10		0,07	0,02	10,00	40,00		0,03			11,10	2,80	1,40	0,28
Итого:	250	8,80	3,7	6,3	32,0	199,0	0,1	0,0	2,0	2,3	21,0	37,8	15,1	0,9

ЧЕТВЕРГ

ТТК

Напиток из свежих фруктов

Пряник	30		3,60	1,77	22,5	109,8		0,02		0,72	3,3	15	2,7	0,24
Итого:	200	8,80	0,34	0,17	11,48	63,60	0,02	3,17	0,00	0,13	16,67	7,05	7,78	0,88

ПЯТНИЦА

№1/2017

Батон с маслом

Чай с сахаром и яблоками	180/10/10		0,11	0,06	10,97	44,66		0,01	1,02		12,89	4,13	2,49	0,53
Итого:	240	8,80	2,4	8,2	26,5	189,3	0,0	1,0	40,0	0,0	19,8	25,1	6,4	0,9

СУББОТА

Табл 6 стр. 136, Хим. Состав и калорийность российских продуктов питания Дели + 2012

Печенье

Чай с мармеладом	185/15		0,66	0,09	12,01	92,80		0,02	0,73	0,00	32,48	23,44	17,46	0,70
Итого:	230	8,80	2,9	3,0	34,3	217,9	0,0	0,7	5,0	0,5	47,0	68,4	27,5	1,7

344/2017

ИТОГО	1410	18,79	26,70	179,31	1038,59	0,18	8,84	53,50	5,12	151,43	219,70	75,82	6,78
ИТОГО за 12 дней	2820	37,90	53,45	357,86	2060,66	0,34	112,51	107,00	10,88	306,75	434,93	145,12	13,09
Итого в среднем на 1 учащегося в день	235	3,16	4,45	29,82	171,72	0,03	9,38	8,92	0,91	25,56	36,24	12,09	1,09