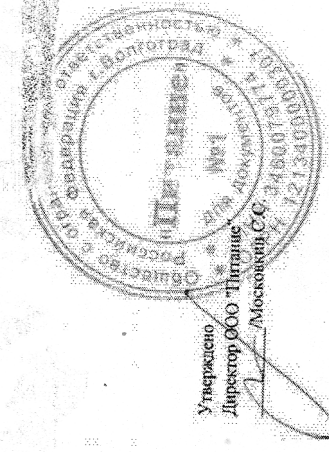




25.04.2015

20.04.2013

№ ред. по сбор.	Наименование блюд	Цена Рубль	вес блюда		вес блюда	Питательные вещества/г				Энергет. ценность ккал	Энергет. ценность ккал	Витамины (мг)			
			7-11 лет	12-18-11 лет		Б	Б	Ж	Ж			У	У	с	с
Вариант 10															
обед															
52/2017м	свежата отварная с растительным маслом	20	60	100	0,84	1,4	3,6	6	4,96	8,26	3,99	6,65			
135/2004а	суп овощной со сметаной	16	200/10	250/10	2,1	2,6	5,5	6,9	10,2	12,8	8,3	10,3			
291/2017м	пюре из птицы	50	50/150	60/180	16,89	20,27	9,46	11,83	34,09	40,90	4,50	5,40			
702/2010м	хлеб ржаной	5,2	50	50	2,37	2,37	0,56	0,56	21,75	21,75	0,00	0,00			
701/2010м	хлеб пшеничный	3	40	40	3,08	3,08	0,96	0,96	21,36	21,36	0,00	0,00			
639/2017м	котлет из суфлепродуктов	10	200	200	0,6	0,6	0	0	31,4	31,4	0,3	0,3			
	Итого	104,2	760	890	25,86	30,34	20,50	26,23	123,80	136,42	17,09	22,65			
Норма обеда по СанПиН 30%-35% ± 5%			700	800	23,1-26,95	27-31,5	23,7-26,95	27-32,2	100,5-117,25	114,9-134,05	816-952				
Всего за 10 дней			7860,0	9090,0	246,90	273,90	218,76	255,29	1,184,67	1,302,15	8,781,14	387,09			
Средний суточный рацион			786	909	24,69	27,39	21,88	25,53	118,47	130,22	878,11	38,71			

Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапиной - М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна - М.: ДеЛи плюс, 2017. - 544с.

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна - М.: ДеЛи плюс, 2010. - 544с.

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания. Справочник - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., Тутельян В.А.

САНПИН 1.2. 3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания".