

Наименование блюда	№ рецеп.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)							Витамины					
							Са	Мг	Р	Fe	А, мг	РЭ, мкг	ТЭ, мг	В1, мг	С, мг				
Булочка Ванильная	ТТК	100	8,12	9,01	84,06	353,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за прием		338	9,31	16,46	130,36	575,48	4,30	0,43	2,95	0,01	3,33	5,94	0,02	0,00	0,00	0,01			
Среднедневное значение за 1 неделю		336	12,77	12,88	113,08	535,13	2,41	0,24	1,65	0,01	1,87	3,33	0,01	0,00	0,00	0,01			
2 Неделя																			
Поддник 7-11 лет																			
Яблока печенье (б/с)	ТТК	61	0,24	0,23	31,69	61,18	33,42	13,20	76,14	0,94	9,46	10,00	3,10	0,12					
Морс ягодный	ТТК	185	0,93	0,19	19,06	79,55	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,18
Сдоба Уренгойская	ТТК	100	8,01	6,35	78,90	310,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за прием		346	9,18	6,77	129,65	450,73	33,42	13,20	76,14	0,94	9,46	10,00	3,10	0,12					0,18
2 День																			
Поддник 7-11 лет																			
Масло сливочное	ТТК	10	0,08	7,25	0,13	66,06	4,30	0,43	2,95	0,01	3,33	5,94	0,02	0,00	0,00	0,01			
Повидло яблочное	п/п	30	0,12	0,00	27,39	75,45	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Морс ягодный	ТТК	200	1,00	0,20	20,60	86,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Булочка Домашняя	ТТК	100	7,17	12,17	78,92	365,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за прием		340	8,37	19,62	127,04	592,51	4,30	0,43	2,95	0,01	3,33	5,94	0,02	0,00	0,00	0,01			0,01
3 День																			
Поддник 7-11 лет																			
Масло сливочное	ТТК	10	0,08	7,25	0,13	66,06	4,30	0,43	2,95	0,01	3,33	5,94	0,02	0,00	0,00	0,01			
Повидло яблочное	п/п	21	0,08	0,00	19,18	52,82	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01
Морс ягодный	ТТК	200	1,00	0,20	20,60	86,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Булочка Молоочная	ТТК	100	9,26	2,28	54,42	274,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за прием		331	10,42	9,73	94,32	478,88	4,30	0,43	2,95	0,01	3,33	5,94	0,02	0,00	0,00	0,01			0,01
4 День																			
Поддник 7-11 лет																			
Сыр плавленый Дружба	п/п	16	1,44	3,20	1,44	40,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Масло сливочное	ТТК	9	0,07	6,53	0,12	59,46	3,87	0,39	2,66	0,01	3,00	5,35	0,02	0,00	0,00	0,01			
Морс ягодный	ТТК	200	1,00	0,20	20,60	86,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Плошка Новоомовская	ТТК	100	8,28	6,67	81,61	321,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за прием		325	10,79	16,60	103,77	506,46	3,87	0,39	2,66	0,01	3,00	5,35	0,02	0,00	0,00	0,01			0,01
5 День																			
Поддник 7-11 лет																			
Масло сливочное в упаковке	п/п	10	7,25	0,10	0,14	66,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Сыр плавленый Дружба	п/п	16	1,44	3,20	1,44	40,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Морс ягодный	ТТК	200	1,00	0,20	20,60	86,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Булочка Ванильная	ТТК	100	8,12	9,01	84,06	353,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за прием		326	17,81	12,51	106,24	545,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Среднедневное значение за 2 недели		334	11,31	13,04	112,20	514,75	9,18	2,89	16,94	0,19	3,83	5,45	0,63	0,02	0,00	0,04			0,04
Среднедневное значение за 2 недели	поддник	335	12,04	12,96	112,64	524,94	5,79	1,57	9,39	0,10	2,85	4,39	0,32	0,01		0,02			0,02

Стоимость питания 70 руб. в день
Основание: СанПиН 2.3 /2.4.3590-20

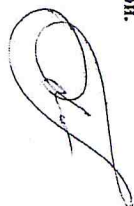
п. 8.1.2.3. Допускается в течение дня отсугупление от норм калорийности по отдельным приемам пищи в пределах $\pm 5\%$ при условии, что средний % пищевой ценности за неделю будет соответствовать нормам, приведенным в таблице №3 приложение № 10 к настоящим Правилам, по каждому приему пищи.

п. 8.1.4. Допускается замена одного вида пищевой продукции, блинд и кулинарных изделий на иные виды пищевой продукции, блинд кулинарных изделий в соответствии с таблицей замены пищевой продукции с учетом ее пищевой ценности(приложение № 11 к настоящим Правилам).

Сборник рецептов блинд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах "Хлебродлиниформ" Москва 2004 г.
И.М.Скрябин, В.А.Тутельян. Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания. Москва, Делти Принт 2008 г.

В случае если возникла производственная необходимость возможна замена дня, один на другой.

Главный технолог



М.А. Трашкова