

Напиток фруктовый "Изюминка"			200			9,98	39,92					0,2			0,03
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь, 2008г №280															
	Изюм*	14,00	14												
	Сахар*	10,00	10												
Хлеб пшеничный			20	1,53	0,16	17,73	87,02		0,02			4	13	2,8	0,2
Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.2															
	Хлеб пшеничный*	20,00	20												
Итого:				4,89	4	38,14	216,66	1,56	0,07	0,02		148,3	121	19,6	0,32

3 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белок, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины				Минералы, мг			
								С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Е, мг	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Полдник			300	1,02	0,92	35,78	155,48		0,01	0,02		5,12	15,36	0,96	0,31
Маннык			100	1,02	0,92	15,82	75,64		0,01	0,02		4,72	15,36	0,96	0,25
Семидневное меню. Практическое руководство (2014г) №12.10															
	Мука в/с*	10,00	10												
	Сахар*	15,80	15,8												
	Меланж*	8,00	8												
	Масло растительное*	20,50	20,5												
	Соль*	0,50	0,5												
	Крупа манная*	30,00	30												
	Сметана*	33,20	33,2												
	Сода*	0,50	0,5												
Компот "Лесная сказка"			200			19,96	79,84					0,4			0,06
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь, 2008г №279															
	Смесь ягод (клюква, брусника, смородина черная)*	20,00	20												
	Сахар*	10,00	10												
	Вода	180,00	180												
Итого:				1,02	0,92	35,78	155,48		0,01	0,02		5,12	15,36	0,96	0,31

4 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белок, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины				Минералы, мг			
								С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Е, мг	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Полдник			280	7,1	7	33,02	233,44	6,8	0,61	10,02		147,16	98,43	21,04	0,68
Крендель "Зуральский"			80	1,1	1	20,02	93,44		0,01	0,02		5,16	16,63	1,04	0,28
Семидневное меню. Практическое руководство (2014г) №12.10															
	Мука в/с*	55,00	56												
	Меланж*	8,66	8,66												
	Сметана*	25,00	25												
	Сахар*	20,00	20												
	Сода*	0,30	0,3												
	Масло растительное*	0,25	0,25												
	Соль*	0,30	0,3												
Напиток кисломолочный			200	6	6	13	140	6,8	0,6	10		142	81,8	20	0,4
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №698															

Напиток молочный*		207,00	200																
Итого:				7,1	7	33,02	233,44	6,8	0,61	10,02		147,16	98,43	21,04	0,68				
5 день																			
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ											
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины				Минералы, мг							
								С, мг	В1, мг	А, мг реп. эв.	Е, мг	Кальций	Фосфор	Магний	Железо				
Полдник			435	7,79	16,08	46,21	367,04	0,61	0,13	118,04		162,69	130,6	18,95	0,74				
Бутерброд с маслом сливочным (2-й вариант)			30	1,61	7,88	9,86	113,7		0,02	0,04		6,4	13,3	2,85	0,22				
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №1																			
Масло сливочное*		10,00	10																
Хлеб пшеничный*		20,00	20																
Каша молочная рисовая с маслом сливочным			205	5,04	4,1	20,15	160,64	0,55	0,1	104		96,29	96,3	15,1	0,52				
Лечебное питание детей в стационарах №6.3																			
Крупа рис крупозерный*		40,00	40																
Молоко цельное*		150,00	150																
Сахар*		4,50	4,5																
Масло сливочное*		5,00	5																
Соль*		0,30	0,3																
Чай с сахаром и молоком			200	1,14	4,3	16,2	92,7	0,06	0,01	14		80	21	1					
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях. 2011 г. №868																			
Чай*		1,00	1																
Молоко цельное*		90,00	90																
Сахар*		10,00	10																
Итого:				7,79	16,08	46,21	367,04	0,61	0,13	118,04		162,69	130,6	18,95	0,74				
6 день																			
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ											
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины				Минералы, мг							
								С, мг	В1, мг	А, мг реп. эв.	Е, мг	Кальций	Фосфор	Магний	Железо				
Полдник			260	7,89	9,38	32,26	184,02	1,5	0,09	45		26,9	32,4	3,5	1,58				
Бутерброд горячий с сыром и маслом сливочным			60	7,89	9,38	12,3	104,18	1,5	0,09	45		26,5	32,4	3,5	1,52				
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №10																			
Сыр*		20,20	20																
Масло сливочное*		10,00	10																
Хлеб пшеничный*		30,00	30																
Компот из вишни с яблоком			200			19,96	79,84					0,4							0,06
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь, 2008г №279																			
Смесь ягод (вишня, яблоко)*		25,00	25																
Сахар*		10,00	10																
Вода		180,00	180																
Итого:				7,89	9,38	32,26	184,02	1,5	0,09	45		26,9	32,4	3,5	1,58				
7 день																			
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ											
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины				Минералы, мг							
								С, мг	В1, мг	А, мг реп. эв.	Е, мг	Кальций	Фосфор	Магний	Железо				
Полдник			335	1,14	4,3	26,18	174,64	1,6	0,02	14	0,04	60,16	21	8	0,42				

Компот "Лесная сказка"			200			19,96	79,84				0,4			0,06	
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь,2008г №279															
Смесь ягод (клюква, брусника, смородина черная)*			20,00	20											
Сахар*			10,00	10											
Вода			180,00	180											
Хлеб пшеничный			20	1,53	0,16	17,73	87,02		0,02			4	13	2,8 0,2	
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2															
Хлеб пшеничный*			20,00	20											
Итого:					17,4	14,83	40,61	373,99	0,59	0,12	0,3		121,65	274,3 22,9 3,16	
10 день															
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц. кислот	Витамины				Минералы, мг			
								С, мг	В1, мг	А, мг рег. экв.	Е, мг	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Пшеничные			425	7,23	6,71	66,73	361,49	1,42	0,07	0,02		135,96	127,6	23,56	0,42
Каша "Дружба"			155	3,82	3,6	16,97	115,55	1,42	0,05	0,02		131,76	114,6	20,76	0,19
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь,2008г №102															
Крупа пшено*			11,00	11											
Крупа рис круглозерный*			11,00	11											
Молоко цельное*			109,00	109											
Сахар*			4,00	4											
Масло сливочное*			5,00	5											
Соль*			0,50	0,5											
Печенье "Снежок"			50	1,88	2,95	17,13	119								
Лечебное питание. Преображенская Э.Н. 2002г №804															
Печенье Снежок*			50,00	50											
Компот из кураги					200		14,9	39,92					0,2	0,03	
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь,2008г №280															
Курага*			15,00	15											
Сахар*			10,00	10											
Хлеб пшеничный			20	1,53	0,16	17,73	87,02		0,02			4	13	2,8 0,2	
Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.2															
Хлеб пшеничный*			20,00	20											
Итого:					7,23	6,71	66,73	361,49	1,42	0,07	0,02		135,96	127,6 23,56 0,42	

Технолог *Лит* Гольшева А.А.