



Директор МБОУ «Гимназия «Лаборатория Салахова»



УТВЕРЖДАЮ  
директор МУП  
"Компания школьного питания"  
Е.А.Горобченко  
01.11.2024

ОСНОВНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ ГИМНАЗИИ "ЛАБОРАТОРИЯ САЛАХОВА" 1-2 класс

Наименование блюда	№ рец.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
							Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг
<b>Неделя №1</b>															
<b>День 1</b>															
<b>Завтрак 7-11 лет</b>															
Бутерброд горячий с сыром	Сб.2004 № 10	60	8,12	9,20	13,44	171,60	221,06	9,79	140,51	0,23	46,5	87	0,18	0,01	0,08
Каша молочная манная (жидкая)	Сб.2004 № 311	200	5,86	3,24	28,81	166,37	121,35	17,94	106,33	0,4	12,67	23,23	0,46	0,06	0,55
Масло сливочное	ТТК № 43	5	0,04	3,63	0,07	33,03	1,2	0	1,5	0,01	20	22,5	0,05	0	0
Теплый компот "Клубника" (смесь)	ТТК № 853	200	0,18	0,08	16,48	64,36	0,4	0	0	0,04	0	6,8	0,28	0	0
Мандарины		100	0,75	0,18	8,55	37,29	30,8	9,57	14,79	0,09	0	10	0,2	0,04	15,2
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	п/п	20	1,57	0,59	9,80	51,74	19,89	0	0	0,8	0	0	0	0,09	0
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Итого за прием</b>		<b>610</b>	<b>18,24</b>	<b>17,17</b>	<b>89,16</b>	<b>582,67</b>	<b>394,70</b>	<b>37,30</b>	<b>263,13</b>	<b>1,57</b>	<b>79,17</b>	<b>149,53</b>	<b>1,17</b>	<b>0,20</b>	<b>15,83</b>
<b>Обед 7-11 лет</b>															
Борщ с капустой и картофелем	Сб.2004 № 110	200	1,37	2,67	11,03	69,81	29,27	16,6	35,84	0,81	9,6	187,3	0,18	0,03	6,38
Говядина отварная для I блюда	ТТК № 233	10	2,72	1,94	0,08	28,67	1,66	2,85	21,69	0,36	0	8,01	0,07	0,01	0,02
Гречаники с соусом	ТТК № 285	100	8,52	14,04	11,23	202,94	19,49	25,34	99,44	1,64	3,46	70,97	3,93	0,06	1,04
Макаронные изделия отварные	Сб.2004 № 516	150	5,64	4,47	37,45	212,04	16,46	8,48	47	0,87	21	23,63	0,82	0,09	0
Помидоры (томаты) свежие, нарезка	ТТК № 44	25	0,27	0,05	1,27	6,35	3,43	4,9	6,37	0,22	0	33,25	0,18	0,01	6,13
Компот из изюма (вит. 50)	ТТК № 822-50	200	0,36	0,00	23,80	90,83	0,45	0,02	0,11	0,03	0,02	0,02	0	0	0
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	п/п	50	3,34	0,50	22,06	108,14	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Итого за прием</b>		<b>760</b>	<b>23,94</b>	<b>23,92</b>	<b>118,93</b>	<b>777,07</b>	<b>70,76</b>	<b>58,19</b>	<b>210,45</b>	<b>3,93</b>	<b>34,08</b>	<b>323,18</b>	<b>5,18</b>	<b>0,20</b>	<b>13,57</b>
<b>Полдник 7-11 лет</b>															
Булочка "Ромашка"	ТТК № 906	75	6,66	8,67	51,84	308,59	24,42	10,25	65,77	0,88	24,77	26,18	3,52	0,09	0,11
Сок фруктовый	п/п	200	1,00	0,20	20,60	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4
Яблоко		100	0,40	0,40	11,60	48,68	16	9	11	2,2	0	5	0,2	0,03	10
<b>Итого за прием</b>		<b>375</b>	<b>8,06</b>	<b>9,27</b>	<b>84,04</b>	<b>443,75</b>	<b>54,42</b>	<b>27,25</b>	<b>90,77</b>	<b>5,88</b>	<b>24,77</b>	<b>31,18</b>	<b>3,92</b>	<b>0,14</b>	<b>14,11</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1745</b>	<b>50,24</b>	<b>50,36</b>	<b>292,13</b>	<b>1803,49</b>	<b>519,88</b>	<b>122,74</b>	<b>564,35</b>	<b>11,38</b>	<b>138,02</b>	<b>503,89</b>	<b>10,27</b>	<b>0,54</b>	<b>43,51</b>

Наименование блюда	№ рсц.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
							Са	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг
<b>День 2</b>															
<b>Завтрак 7-11 лет</b>															
Бутерброд с повидлом	ТТК № 76	50	1,76	3,41	23,22	129,15	3,52	1,22	2,87	0,23					
Каша молочная пшённая (жидкая)	Сб.2004 № 311	200	7,07	4,00	33,39	196,16	119,29	41,35	160,66	1,06	12,1	22,5	0,05	0	0,04
Масло сливочное	ТТК № 43	5	0,04	3,63	0,07	33,03	1,2	0	1,5	0,01	20	22,5	0,05	0	0,52
Чай с молоком	Сб.1996 № 630	200	2,97	1,72	11,41	70,85	49,37	5,66	36,41	0,08	5,58	10,23	0	0	0
Злаково - фруктовый батончик (без добавления)	п/п	25	1,29	1,67	16,15	78,25	0	0	0	0	0	0	0	0,01	0,24
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	п/п	30	2,21	0,59	15,38	75,12	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Итого за прием</b>		<b>535</b>	<b>17,06</b>	<b>15,27</b>	<b>111,63</b>	<b>640,85</b>	<b>173,38</b>	<b>48,23</b>	<b>201,44</b>	<b>1,38</b>	<b>49,68</b>	<b>78,61</b>	<b>0,22</b>	<b>0,16</b>	<b>0,80</b>
<b>Обед 7-11 лет</b>															
Салат "Бурячок"	ТТК № 11	60	0,96	5,08	6,35	71,20	19,31	10,77	24,85	0,77					
Суп картофельный с бобовыми (горох)	Сб.2004 № 139	250	5,56	3,67	20,68	133,28	31,15	30,14	76,68	1,79	12	224,43	0,26	0,18	4,6
Говядина отварная для I блюд	ТТК № 233	15	4,08	2,92	0,12	43,00	2,49	4,27	32,53	0,54	0	12,01	0,1	0,01	0,03
Рагу из филе индейки	ТТК № 411	175	15,09	6,91	20,89	203,53	35,04	40,12	186,54	1,95	25,96	361,75	0,49	0,11	6,38
Напиток из плодов шиповника (вит. 50)	ТТК № 809-50	200	0,68	0,28	24,28	92,59	12,45	3,42	3,51	0,63	0,02	163,42	0,76	0,01	200
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	п/п	50	3,34	0,50	22,06	108,14	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Итого за прием</b>		<b>775</b>	<b>31,43</b>	<b>19,61</b>	<b>106,39</b>	<b>710,02</b>	<b>100,44</b>	<b>88,72</b>	<b>324,11</b>	<b>5,68</b>	<b>37,98</b>	<b>770,17</b>	<b>3,89</b>	<b>0,34</b>	<b>216,59</b>
<b>Полдник 7-11 лет</b>															
Печенье сдобное "Вечернее"	ТТК №	50	3,83	15,33	28,53	264,97	11,21	12,71	43,17	0,83	6	6,29	4,72	0,05	0
Кисель из черной смородины	ТТК № 844	200	0,20	0,07	22,34	87,83	9,9	5,39	11,77	0,27	0	3,4	0,14	0	16
Яблоки печеные	Сб.2004 № 674	100	0,40	0,37	25,18	100,28	15,35	8,31	10,16	2,07	0	5,31	0,21	0,02	4,25
<b>Итого за прием</b>		<b>350</b>	<b>4,43</b>	<b>15,77</b>	<b>76,05</b>	<b>453,08</b>	<b>36,46</b>	<b>26,41</b>	<b>65,10</b>	<b>3,17</b>	<b>6,00</b>	<b>15,00</b>	<b>5,07</b>	<b>0,07</b>	<b>20,25</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1660</b>	<b>52,92</b>	<b>50,65</b>	<b>294,07</b>	<b>1803,95</b>	<b>310,28</b>	<b>163,36</b>	<b>590,65</b>	<b>10,23</b>	<b>93,66</b>	<b>863,78</b>	<b>9,18</b>	<b>0,57</b>	<b>237,64</b>



Наименование блюда	№ рец.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
							Са	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ГЭ,мг	B1,мг	C,мг
<b>День 3</b>															
<b>Завтрак 7-11 лет</b>															
Сыр (порциями)	Сб. 2004 № 97	25	6,11	5,74	0,00	77,39									
Каша молочная из смеси зерновых хлопьев	ТТК № 713	200	6,35	3,79	27,49	170,07	114,86	13,05	83,34	0,13	12,67	23,23	0	0,03	0,55
Масло сливочное	ТТК № 43	5	0,04	3,63	0,07	33,03	1,2	0	1,5	0,01	20	22,5	0,05	0	0
Теплый компот "Сливовый №1"	ТТК № 852	200	0,22	0,07	15,79	61,46	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0
Пюре фруктовое	п/п	90	0,54	0,18	18,09	72,41	10,8	6,3	15,3	1,17	0	0	0,18	0,01	1,44
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	п/п	25	1,67	0,25	11,03	54,07	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Итого за прием</b>		<b>570</b>	<b>16,65</b>	<b>13,91</b>	<b>84,48</b>	<b>526,73</b>	<b>347,26</b>	<b>29,14</b>	<b>239,34</b>	<b>1,57</b>	<b>67,17</b>	<b>110,23</b>	<b>0,36</b>	<b>0,05</b>	<b>2,07</b>
<b>Обед 7-11 лет</b>															
Суп картофельный с макаронными изделиями	Сб.2004 № 140	250	2,72	2,32	20,66	112,58	18,94	21,22	57,02	0,9	7,2	215,78	0,32	0,09	6,6
Рыба, под шубкой (пикша)	ТТК № 361	100	14,43	7,39	5,33	146,13	168,66	11,2	110,1	0,24	18,15	58,09	1,44	0,02	0,36
Рис припущенный	Сб.2004 № 512	150	3,49	3,81	36,66	195,45	9,66	23,12	70,86	0,5	12,6	23,63	0,26	0,03	0
Напиток лимонно-брусничный (вит. 50)	ТТК № 844-50	200	0,14	0,06	21,38	83,42	6,05	1,56	3,25	0,14	0,02	0,96	0,11	0	4,3
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	п/п	50	3,34	0,50	22,06	108,14	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Итого за прием</b>		<b>775</b>	<b>25,84</b>	<b>14,33</b>	<b>118,10</b>	<b>704,00</b>	<b>203,31</b>	<b>57,10</b>	<b>241,23</b>	<b>1,78</b>	<b>37,97</b>	<b>298,46</b>	<b>2,13</b>	<b>0,14</b>	<b>11,26</b>
<b>Полдник 7-11 лет</b>															
Плюшка "Новомосковская"	ТТК № 915	100	8,28	6,66	57,40	320,90	25,27	12,08	68,26	0,9	4,44	7,79	3,82	0,1	0,04
Кисель из брусники	Сб.2004 № 640	200	0,14	0,09	22,09	87,31	7,96	1,22	8,81	0,11	0	1,6	0,2	0	1,2
Мандарины		100	0,75	0,18	8,55	37,29	30,8	9,57	14,79	0,09	0	10	0,2	0,04	15,2
<b>Итого за прием</b>		<b>400</b>	<b>9,17</b>	<b>6,93</b>	<b>88,04</b>	<b>445,50</b>	<b>64,03</b>	<b>22,87</b>	<b>91,86</b>	<b>1,10</b>	<b>4,44</b>	<b>19,39</b>	<b>4,22</b>	<b>0,14</b>	<b>16,44</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1745</b>	<b>51,66</b>	<b>35,17</b>	<b>290,62</b>	<b>1676,23</b>	<b>614,60</b>	<b>109,11</b>	<b>572,43</b>	<b>4,45</b>	<b>109,58</b>	<b>428,08</b>	<b>6,71</b>	<b>0,33</b>	<b>29,77</b>

Наименование блюда	№ рец.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углев-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					
							Са	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>День 4</b>																
<b>Завтрак 7-11 лет</b>																
Каша молочная кукурузная (жидкая)	Сб.2004 № 311	150	2,55	2,48	7,52	59,64	116,67	14,65	77,3	0,2	15,12	16,63	0	0,04	9,08	
Масло сливочное	ТТК № 43	5	0,04	3,63	0,07	33,03	1,2	0	1,5	0,01	20	22,5	0,05	0	0	
Творожник с изюмом	ТТК № 605	50	5,95	7,58	21,03	174,26	45,78	7,51	67,54	0,4	36,84	66,75	0,36	0,03	0,06	
Соус шоколадный	Сб.2004 № 616	15	0,80	0,71	6,79	34,83	20,21	7,57	21,55	0,31	1,72	3,25	0,02	0	0,03	
Груша		100	0,40	0,30	13,10	50,69	19	12	16	2,3	0	2	0,4	0,02	5	
Чай с молоком	Сб.1996 № 630	200	2,97	1,72	11,41	70,85	49,37	5,66	36,41	0,08	5,58	10,23	0	0,01	0,24	
Хлеб столычный из ржано-пшеничной муки	п/п	25	1,67	0,25	11,03	54,07	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого за прием</b>		<b>570</b>	<b>16,10</b>	<b>16,92</b>	<b>82,96</b>	<b>535,66</b>	<b>252,23</b>	<b>47,39</b>	<b>220,30</b>	<b>3,30</b>	<b>79,26</b>	<b>121,36</b>	<b>0,83</b>	<b>0,10</b>	<b>14,41</b>	
<b>Обед 7-11 лет</b>																
Салат из свежих огурцов	Сб.2004 № 16	60	0,43	0,00	5,93	5,93	1,87	61,39	16,63	7,75	23,47	0,36	0	5,46	2,69	
Щи из св.капусты и картофелем (с томатом)	Сб.2004 № 124	250	1,76	3,37	10,02	74,30	35,06	18,31	41,46	0,7	12	228,53	0,2	0,05	12,22	
Говядина отварная для I блюд	ТТК № 233	15	4,08	2,92	0,12	43,00	2,49	4,27	32,53	0,54	0	12,01	0,1	0,01	0,03	
Сердце в соусе	Сб.2007 № 262	100	13,42	8,71	4,29	148,81	24,46	21,96	168,87	3,75	13,83	88,23	2,79	0,23	1,97	
Каша перловая рассыпчатая	Сб.2004 № 508	150	4,28	3,82	32,90	179,01	18,62	16,95	137,92	0,78	12,6	23,63	0,59	0,04	0	
Компот из смеси сухофруктов (вит. 50)	ТТК № 816-50	200	0,98	0,06	21,64	81,84	28,56	18,28	25,5	0,58	0,01	116,62	1,1	0,01	0,32	
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	п/п	30	2,21	0,59	15,38	75,12	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	50	3,44	0,50	24,02	116,58	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого за прием</b>		<b>855</b>	<b>30,60</b>	<b>19,97</b>	<b>114,30</b>	<b>724,59</b>	<b>111,06</b>	<b>141,16</b>	<b>422,91</b>	<b>14,10</b>	<b>61,91</b>	<b>469,38</b>	<b>4,78</b>	<b>5,80</b>	<b>17,23</b>	
<b>Полдник 7-11 лет</b>																
Булочка "Фантазия"	ТТК № 923	80	6,53	10,61	44,70	297,43	14,59	8,21	56,37	0,79	16,38	28,38	5,28	0,07	0	
Кофейный напиток (растворимый)	ТТК № 808	200	1,70	1,41	15,92	81,56	53,06	6,09	39,15	0,07	6	11	0	0,01	0,26	
Яблоко		100	0,40	0,40	11,60	48,68	16	9	11	2,2	0	5	0,2	0,03	10	
<b>Итого за прием</b>		<b>380</b>	<b>8,63</b>	<b>12,42</b>	<b>72,22</b>	<b>427,68</b>	<b>83,65</b>	<b>23,30</b>	<b>106,52</b>	<b>3,06</b>	<b>22,38</b>	<b>44,38</b>	<b>5,48</b>	<b>0,11</b>	<b>10,26</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1805</b>	<b>55,33</b>	<b>49,31</b>	<b>269,48</b>	<b>1687,92</b>	<b>446,94</b>	<b>211,85</b>	<b>749,73</b>	<b>20,46</b>	<b>163,55</b>	<b>635,12</b>	<b>11,09</b>	<b>6,01</b>	<b>41,90</b>	



Наименование блюда	№ рец.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
							Са	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ГЭ,мг	B1,мг	C,мг
<b>День 5</b>															
<b>Завтрак 7-11 лет</b>															
Бутерброд с повидлом	ТТК № 76	50	1,76	3,41	23,22	129,15	3,52	1,22	2,87	0,23	12	22,5	0,05	0	0,04
Каша "Дружба"	С6.2004 № 311	200	5,27	3,78	28,96	169,34	127,82	30,98	140,16	0,57	20,4	22,77	0,09	0,1	1,33
Масло сливочное	ТТК № 43	5	0,04	3,63	0,07	33,03	1,2	0	1,5	0,01	20	22,5	0,05	0	0
Теплый компот из с/м черноплодной рябины	ТТК № 854	200	0,56	0,07	15,15	59,35	10,25	4,87	19,14	0,42	0	0	600	0	2,4
Злаково - фруктовый батончик (без добавления)	п/п	25	1,29	1,67	16,15	78,25	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Итого за прием</b>		<b>505</b>	<b>10,64</b>	<b>12,81</b>	<b>95,56</b>	<b>527,41</b>	<b>142,79</b>	<b>37,07</b>	<b>163,67</b>	<b>1,23</b>	<b>52,40</b>	<b>67,77</b>	<b>600,19</b>	<b>0,10</b>	<b>3,77</b>
<b>Обед 7-11 лет</b>															
Рассольник	С6. 2004 № 130	250	1,70	3,48	14,41	93,98	15,26	19,69	49,48	0,75	12	22,478	0,19	0,07	6,6
Зелень	ТТК № 41	1	0,03	0,00	0,09	0,44	2,06	0,67	0,82	0,02	0	8,25	0	0	0,5
Сосиски отварные	С6.2004 № 413	100	11,28	14,96	0,00	179,76	0	0	0	0	0	0	0,5	0	0
Пюре картофельное	С6.2004 № 520	150	3,10	4,47	21,72	138,30	39,36	28,65	85,01	1,05	15,44	32,69	0,18	0,12	10,38
Компот из кураги (вит. 50)	ТТК № 807-50	200	1,04	0,06	23,78	89,73	32,45	21,02	29,31	0,67	0,02	116,62	1,1	0,02	0,8
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	п/п	25	1,67	0,25	11,03	54,07	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Итого за прием</b>		<b>751</b>	<b>20,54</b>	<b>23,47</b>	<b>83,04</b>	<b>614,57</b>	<b>89,13</b>	<b>70,03</b>	<b>164,62</b>	<b>2,49</b>	<b>27,46</b>	<b>382,34</b>	<b>1,97</b>	<b>0,21</b>	<b>18,28</b>
<b>Полдник 7-11 лет</b>															
Сдоба "Уренгойская"	ТТК № 927	100	8,01	6,35	55,57	309,80	33,43	13,2	76,14	0,93	9,47	10	3,1	0,12	0,18
Теплый компот "Сливовый № 2"	ТТК № 851	200	0,21	0,06	15,95	61,84	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0
Мандарины		100	0,75	0,18	8,55	37,29	30,8	9,57	14,79	0,09	0	10	0,2	0,04	15,2
<b>Итого за прием</b>		<b>400</b>	<b>8,97</b>	<b>6,59</b>	<b>80,07</b>	<b>408,92</b>	<b>64,63</b>	<b>22,77</b>	<b>90,93</b>	<b>1,06</b>	<b>9,47</b>	<b>20,00</b>	<b>3,30</b>	<b>0,16</b>	<b>15,38</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1656</b>	<b>40,15</b>	<b>42,87</b>	<b>258,67</b>	<b>1550,90</b>	<b>296,55</b>	<b>129,87</b>	<b>419,22</b>	<b>4,78</b>	<b>89,33</b>	<b>470,11</b>	<b>605,46</b>	<b>0,47</b>	<b>37,43</b>
Среднее значение за неделю	завтрак	558	15,74	15,22	92,76	562,66	262,07	39,83	217,58	1,81	65,54	105,50	120,55	0,12	7,38
Среднее значение за неделю	обед	783	26,47	20,26	108,15	706,05	114,94	83,04	272,66	5,60	39,88	448,71	3,59	1,34	55,39
Среднее значение за неделю	полдник	381	7,85	10,20	80,08	435,79	60,64	24,52	89,04	2,85	13,41	25,99	4,40	0,12	15,29

Наименование блюда	№ рец.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
							Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
<b>День 1</b>							<b>Неделя №2</b>								
<b>Завтрак 7-11 лет</b>															
Сыр (порциями)	Сб. 2004 № 97	20	4,89	4,59	0,00	61,91	176	7,83	111,36	0,17	27,6	51,6	0,1	0	0,06
Каша молочная рисовая (жидкая)	Сб.2004 № 311	200	5,22	3,69	32,55	183,13	132,98	30,4	141,99	0,45	21,12	23,23	0,12	0,07	1,37
Масло сливочное	ТТК № 43	5	0,04	3,63	0,07	33,03	1,2	0	1,5	0,01	20	22,5	0,05	0	0
Теплый компот "Клубника" (смесь)	ТТК № 853	200	0,18	0,08	16,48	64,36	0,4	0	0,04	0	6,8	0,28	0	0	
Пиоре фруктовое	п/п	90	0,54	0,18	18,09	72,41	10,8	6,3	15,3	1,17	0	0	0,18	0,01	1,44
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	п/п	25	1,67	0,25	11,03	54,07	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Итого за прием</b>		<b>565</b>	<b>14,26</b>	<b>12,67</b>	<b>90,23</b>	<b>527,21</b>	<b>321,38</b>	<b>44,53</b>	<b>270,15</b>	<b>1,84</b>	<b>68,72</b>	<b>104,13</b>	<b>0,73</b>	<b>0,08</b>	<b>2,87</b>
<b>Обед 7-11 лет</b>															
Икра морковная	Сб.2004 № 78	90	1,59	7,29	11,23	112,17	32,01	33,48	55,05	0,89	0	1386,9	3,57	0,06	9,55
Борщ с капустой и картофелем	Сб.2004 № 110	200	1,37	2,67	11,03	69,81	29,27	16,6	35,84	0,81	9,6	187,3	0,18	0,03	6,38
Говядина отварная для I блюд	ТТК № 233	10	2,72	1,94	0,08	28,67	1,66	2,85	21,69	0,36	0	8,01	0,07	0,01	0,02
Пельмени отварные	Сб. 2004 № 719	150	13,81	8,37	32,09	262,12	8,17	0,46	1,46	0,06	0	0	0	0	0
Масло сливочное	ТТК № 43	5	0,04	3,63	0,07	33,03	1,2	0	1,5	0,01	20	22,5	0,05	0	0
Компот из смеси сухофруктов (вит. 50)	ТТК № 816-50	200	0,98	0,06	21,64	81,84	28,56	18,28	25,5	0,58	0,01	116,62	1,1	0,01	0,32
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	п/п	25	1,67	0,25	11,03	54,07	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Итого за прием</b>		<b>705</b>	<b>23,90</b>	<b>24,46</b>	<b>99,18</b>	<b>700,01</b>	<b>100,87</b>	<b>71,67</b>	<b>141,04</b>	<b>2,71</b>	<b>29,61</b>	<b>1721,33</b>	<b>4,97</b>	<b>0,11</b>	<b>16,27</b>
<b>Полдник 7-11 лет</b>															
Печенье сдобное "Листики"	ТТК № 1524-1	50	3,62	12,37	29,47	241,40	9,98	5,28	36,64	0,49	15,74	16,37	3,79	0,05	0
Напиток из брусники (вит. 50)	ТТК № 812-50	180	0,16	0,12	15,88	62,33	6,17	1,59	3,7	0,13	0,02	1,82	0,23	0	3,38
Яблоко		100	0,40	0,40	11,60	48,68	16	9	11	2,2	0	5	0,2	0,03	10
<b>Итого за прием</b>		<b>330</b>	<b>4,18</b>	<b>12,89</b>	<b>56,95</b>	<b>352,40</b>	<b>32,15</b>	<b>15,87</b>	<b>51,34</b>	<b>2,82</b>	<b>15,76</b>	<b>23,19</b>	<b>4,22</b>	<b>0,08</b>	<b>13,38</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1600</b>	<b>42,34</b>	<b>50,02</b>	<b>246,36</b>	<b>1579,62</b>	<b>454,40</b>	<b>132,07</b>	<b>462,53</b>	<b>7,37</b>	<b>114,09</b>	<b>1848,65</b>	<b>9,92</b>	<b>0,27</b>	<b>32,52</b>



Наименование блюда	№ рец.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
							Са	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг
<b>День 2</b>															
<b>Завтрак 7-11 лет</b>															
Бутерброд с маслом	ТТК № 98	35	1,72	6,60	11,27	112,44	2,11	0	2,61	0,02	24	45	0,1	0	0
Каша вязкая молочная с тыквой (пшено)	ТТК № 719	200	7,01	2,90	38,78	206,84	72,51	38,46	130,76	1,15	6,12	12,54	0,13	0,15	0,27
Масло сливочное	ТТК № 43	5	0,04	3,63	0,07	33,03	1,2	0	1,5	0,01	20	22,5	0,05	0	0
Чай с молоком сгущенным	Сб.1996 № 630	200	3,08	1,96	16,18	91,66	54,21	5,98	38,54	0,07	7,39	8,27	0,04	0,01	0,18
Апельсины		200	1,80	0,40	20,60	88,96	68	26	46	0,6	0	16	0,4	0,08	120
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	п/п	25	1,67	0,25	11,03	54,07	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Итого за прием</b>		<b>690</b>	<b>17,04</b>	<b>15,99</b>	<b>109,94</b>	<b>645,28</b>	<b>198,03</b>	<b>70,44</b>	<b>219,41</b>	<b>1,85</b>	<b>57,51</b>	<b>104,31</b>	<b>0,72</b>	<b>0,24</b>	<b>120,45</b>
<b>Обед 7-11 лет</b>															
Суп "Новинка"	ТТК № 109	250	2,56	3,70	17,85	111,89	18,36	33,14	67,74	1,2	12	224,66	0,25	0,09	5,8
Биточки из филе индейки с творогом	ТТК № 420	100	20,59	13,36	5,54	224,28	104,62	23,63	214,63	1,24	48,06	113,31	0,47	0,04	2,53
Рагу овощное	Сб.2004 № 541	150	3,01	6,70	21,63	154,67	47,87	36,57	83,02	1,36	34,8	586,76	0,4	0,13	32,58
Компот из изюма (вит. 50)	ТТК № 822-50	200	0,36	0,00	23,80	90,83	0,45	0,02	0,11	0,03	0,02	0,02	0	0	0
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	п/п	25	1,67	0,25	11,03	54,07	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Итого за прием</b>		<b>750</b>	<b>29,91</b>	<b>24,26</b>	<b>91,86</b>	<b>694,02</b>	<b>171,30</b>	<b>93,36</b>	<b>365,50</b>	<b>3,83</b>	<b>94,88</b>	<b>924,75</b>	<b>1,12</b>	<b>0,26</b>	<b>40,91</b>
<b>Полдник 7-11 лет</b>															
Ватрушка с повидлом	Сб.2004 № 741	75	4,82	2,58	49,97	237,59	15,36	8,95	43,85	0,97	8,76	9,1	1,34	0,07	0,15
Напиток лимонный (вит. 50)	ТТК № 828-50	200	0,13	0,02	10,68	43,17	6,05	1,7	3,19	0,11	0,02	0,3	0,03	0,01	5,6
Груша		100	0,40	0,30	13,10	50,69	19	12	16	2,3	0	2	0,4	0,02	5
<b>Итого за прием</b>		<b>375</b>	<b>5,35</b>	<b>2,90</b>	<b>73,75</b>	<b>331,45</b>	<b>40,41</b>	<b>22,65</b>	<b>63,04</b>	<b>3,38</b>	<b>8,78</b>	<b>11,40</b>	<b>1,77</b>	<b>0,10</b>	<b>10,75</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1815</b>	<b>52,30</b>	<b>43,15</b>	<b>275,55</b>	<b>1670,76</b>	<b>409,74</b>	<b>186,45</b>	<b>647,95</b>	<b>9,06</b>	<b>161,17</b>	<b>1040,46</b>	<b>3,61</b>	<b>0,60</b>	<b>172,11</b>

Наименование блюда	№ рец.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
							Са	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
<b>День 3</b>															
<b>Завтрак 7-11 лет</b>															
Сыр (порциями)	Сб. 2004 № 97	25	6,11	5,74	0,00	77,39	220	9,79	139,2	0,22	34,5	64,5	0,13	0,01	0,08
Каша молочная манная (жидкая)	Сб. 2004 № 311	200	5,86	3,24	28,81	166,37	121,35	17,94	106,33	0,4	12,67	23,23	0,46	0,06	0,55
Масло сливочное	ТТК № 43	5	0,04	3,63	0,07	33,03	1,2	0	1,5	0,01	20	22,5	0,05	0	0
Пиоре фруктовое	п/п	90	0,54	0,18	18,09	72,41	10,8	6,3	15,3	1,17	0	0	0,18	0,01	1,44
Кофейный напиток (растворимый)	ТТК № 808	200	1,70	1,41	15,92	81,56	53,06	6,09	39,15	0,07	6	11	0	0,01	0,26
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	п/п	25	1,67	0,25	11,03	54,07	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Итого за прием</b>		<b>570</b>	<b>17,64</b>	<b>14,70</b>	<b>85,93</b>	<b>543,13</b>	<b>406,41</b>	<b>40,12</b>	<b>301,48</b>	<b>1,87</b>	<b>73,17</b>	<b>121,23</b>	<b>0,82</b>	<b>0,09</b>	<b>2,33</b>
<b>Обед 7-11 лет</b>															
Щи из св.капусты и картофелем (с томатом)	Сб.2004 № 124	250	1,76	3,37	10,02	74,30	35,06	18,31	41,46	0,7	12	228,53	0,2	0,05	12,22
Зелень	ТТК № 41	1	0,03	0,00	0,09	0,44	2,06	0,67	0,82	0,02	0	8,25	0	0	0,5
Котлеты из рыбы	ТТК № 301	100	13,93	6,36	13,27	167,13	23,53	20,62	147,79	0,48	15	26,13	3,17	0,05	0,4
Пиоре картофельное	Сб.2004 № 520	150	3,10	4,47	21,72	138,30	39,36	28,65	85,01	1,05	15,44	32,69	0,18	0,12	10,38
Компот ягодно-яблочный "Рябинка" (вит.50)	ТТК № 834-50	180	0,25	0,07	14,23	55,40	0,48	0,01	0,09	0,04	0,01	0,02	0	0	0
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	п/п	30	2,21	0,59	15,38	75,12	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Итого за прием</b>		<b>736</b>	<b>23,00</b>	<b>15,11</b>	<b>86,72</b>	<b>568,97</b>	<b>100,49</b>	<b>68,26</b>	<b>275,17</b>	<b>2,29</b>	<b>42,45</b>	<b>295,62</b>	<b>3,55</b>	<b>0,22</b>	<b>23,50</b>
<b>Полдник 7-11 лет</b>															
Крендель сахарный	ТТК № 912	50	3,39	6,12	28,46	180,40	7,14	4,45	28,37	0,41	5,79	10,03	3,15	0,04	0
Теплый компот "Вишня"	ТТК № 861	200	0,30	0,07	18,14	71,51	13,42	9,05	10,44	0,21	0	6,8	0,12	0,01	2,4
Яблоко		100	0,40	0,40	11,60	48,68	16	9	11	2,2	0	5	0,2	0,03	10
<b>Итого за прием</b>		<b>350</b>	<b>4,09</b>	<b>6,59</b>	<b>58,20</b>	<b>300,59</b>	<b>36,56</b>	<b>22,50</b>	<b>49,81</b>	<b>2,82</b>	<b>5,79</b>	<b>21,83</b>	<b>3,47</b>	<b>0,08</b>	<b>12,40</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1656</b>	<b>44,73</b>	<b>36,40</b>	<b>230,85</b>	<b>1412,68</b>	<b>543,46</b>	<b>130,88</b>	<b>626,46</b>	<b>6,98</b>	<b>121,41</b>	<b>438,68</b>	<b>7,84</b>	<b>0,39</b>	<b>38,23</b>



Наименование блюда	№ рец.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
							Са	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
<b>День 4</b>															
<b>Завтрак 7-11 лет</b>															
Каша молочная ячневая (вязкая)	Сб.2004 № 302	200	6,86	3,28	35,52	194,05	139,53	31,55	210,41	0,82	11,81	21,65	0,67	0,11	0,51
Масло сливочное	ТТК № 43	5	0,04	3,63	0,07	33,03	1,2	0	1,5	0,01	20	22,5	0,05	0	0
Творожник с изюмом	ТТК № 605	80	9,52	12,13	33,64	278,81	73,26	12,02	108,06	0,65	58,94	106,8	0,58	0,04	0,09
Сметана	ТТК № 54	20	0,49	2,64	0,66	28,68	15,49	1,57	10,61	0,03	12	21,4	0,06	0	0,03
Теплый напиток лимонно-брусничный	ТТК № 864	200	0,13	0,06	21,38	83,36	5,9	1,54	3,14	0,14	0	0,94	0,11	0	4,3
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	п/п	25	1,67	0,25	11,03	54,07	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Итого за прием</b>		<b>555</b>	<b>20,43</b>	<b>22,24</b>	<b>114,31</b>	<b>730,29</b>	<b>235,38</b>	<b>46,68</b>	<b>333,72</b>	<b>1,65</b>	<b>102,75</b>	<b>173,29</b>	<b>1,47</b>	<b>0,15</b>	<b>4,93</b>
<b>Обед 7-11 лет</b>															
Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	Сб.2004 № 139	250	5,22	3,75	21,04	133,26	42,6	33,74	122,31	1,62	12	284,03	0,29	0,12	4,66
Говядина отварная для I блюд	ТТК № 233	15	4,08	2,92	0,12	43,00	2,49	4,27	32,53	0,54	0	12,01	0,1	0,01	0,03
Зелень	ТТК № 41	1	0,03	0,00	0,09	0,44	2,06	0,67	0,82	0,02	0	8,25	0	0	0,5
Котлета по-алексеевски	ТТК № 256	100	13,40	18,76	10,94	267,14	12,62	15,07	118,55	1,55	16,73	31,1	0,36	0,13	0,1
Макаронные изделия отварные	Сб.2004 № 516	150	5,64	4,47	37,45	212,04	16,46	8,48	47	0,87	21	23,63	0,82	0,09	0
Напиток из плодов шиповника (вит. 50)	ТТК № 809-50	200	0,68	0,28	24,28	92,59	12,45	3,42	3,51	0,63	0,02	163,42	0,76	0,01	200
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	п/п	20	1,57	0,59	9,80	51,74	19,89	0	0	0,8	0	0	0	0,09	0
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Итого за прием</b>		<b>761</b>	<b>32,34</b>	<b>31,02</b>	<b>115,73</b>	<b>858,51</b>	<b>108,57</b>	<b>65,65</b>	<b>324,72</b>	<b>6,03</b>	<b>49,75</b>	<b>522,44</b>	<b>2,33</b>	<b>0,45</b>	<b>205,29</b>
<b>Полдник 7-11 лет</b>															
Печенье слобное "Кокосовое" ТУ 2016 г.	ТТК № 1506-1	50	3,56	22,30	21,91	300,58	8,49	3,08	23,86	0,35	15	15,63	4,37	0,03	0,6
Компот "Сливовый №1" (вит.50)	ТТК № 831-50	200	0,22	0,08	15,79	61,52	0,53	0,01	0,1	0,04	0,01	0,02	0	0	0
Мандарины		100,00	0,75	0,18	8,55	37,29	30,8	9,57	14,79	0,09	0	10	0,2	0,04	15,2
<b>Итого за прием</b>		<b>350</b>	<b>4,53</b>	<b>22,56</b>	<b>46,25</b>	<b>399,39</b>	<b>39,82</b>	<b>12,66</b>	<b>38,75</b>	<b>0,48</b>	<b>15,01</b>	<b>25,65</b>	<b>4,57</b>	<b>0,07</b>	<b>15,80</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1666</b>	<b>57,30</b>	<b>75,82</b>	<b>276,29</b>	<b>1988,20</b>	<b>383,77</b>	<b>124,99</b>	<b>697,19</b>	<b>8,16</b>	<b>167,51</b>	<b>721,38</b>	<b>8,37</b>	<b>0,67</b>	<b>226,02</b>

Наименование блюда	№ рецеп.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
							Ca	Mg	P	Fe	A, мг	РЭ, мкг	ТЭ, мг	B1, мг	C, мг
<b>День 5</b>															
<b>Завтрак 7-11 лет</b>															
Бутерброд с повидлом	ТТК № 76	50	1,76	3,41	23,22	129,15	3,52	1,22	2,87	0,23	12	22,5	0,05	0	0,04
Каша вязкая молочная гречневая	Сб.2004 № 302	200	8,54	4,16	36,91	210,40	113,47	98,88	205,45	3,03	11,52	22,12	0,4	0,18	0,5
Масло сливочное	ТТК № 43	5	0,04	3,63	0,07	33,03	1,2	0	1,5	0,01	20	22,5	0,05	0	0
Чай с сахаром	ТТК № 804	200	1,70	0,41	9,42	46,30	0,26	0	0	0,04	0	0	0	0	0
Апельсины		200	1,80	0,40	20,60	88,96	68	26	46	0,6	0	16	0,4	0,08	120
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	п/п	20	1,57	0,59	9,80	51,74	19,89	0	0	0,8	0	0	0	0,09	0
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Итого за прием</b>		<b>700</b>	<b>17,13</b>	<b>12,85</b>	<b>112,03</b>	<b>617,87</b>	<b>206,34</b>	<b>126,10</b>	<b>255,82</b>	<b>4,71</b>	<b>43,52</b>	<b>83,12</b>	<b>0,90</b>	<b>0,35</b>	<b>120,54</b>
<b>Обед 7-11 лет</b>															
Суп картофельный с крупой (пшено)	Сб.2004 № 138	250	2,23	2,35	17,16	96,93	18,46	23,44	59,58	0,88	7,2	215,93	0,18	0,09	6,6
Говядина отварная для 1 блюда	ТТК № 233	20	5,44	3,89	0,16	57,34	3,32	5,69	43,38	0,72	0	16,01	0,13	0,01	0,04
Наггетсы "Детские"	ТТК № 416	105	16,11	18,49	6,29	256,66	1,14	0	1,41	0,01	12,96	24,3	0,05	0	0
Каша перловая рассыпчатая	Сб.2004 № 508	150	4,28	3,82	32,90	179,01	18,62	16,95	137,92	0,78	12,6	23,63	0,59	0,04	0
Помидоры (томаты) свежие, нарезка	ТТК № 44	20	0,22	0,04	1,02	5,08	2,74	3,92	5,1	0,18	0	26,6	0,14	0,01	4,9
Компот "Сливовый № 2" (вит.50)	ТТК № 832-50	200	0,22	0,06	15,96	61,90	0,53	0,01	0,1	0,04	0,01	0,02	0	0	0
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	п/п	25	1,67	0,25	11,03	54,07	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Итого за прием</b>		<b>795</b>	<b>31,89</b>	<b>29,15</b>	<b>96,53</b>	<b>769,27</b>	<b>44,81</b>	<b>50,01</b>	<b>247,49</b>	<b>2,61</b>	<b>32,77</b>	<b>306,49</b>	<b>1,09</b>	<b>0,15</b>	<b>11,54</b>
<b>Полдник 7-11 лет</b>															
Булочка "Ванильная"	ТТК № 949	100	7,37	13,27	61,38	391,61	16,1	11,12	59,73	0,88	0,1	0,1	6,47	0,12	0
Кисель из черники	Сб. 2004 № 640	180	0,23	0,11	20,23	80,03	6,25	1,13	7,87	0,17	0	0	0,3	0	0,86
Груша		100	0,40	0,30	13,10	50,69	19	12	16	2,3	0	2	0,4	0,02	5
<b>Итого за прием</b>		<b>380</b>	<b>8,00</b>	<b>13,68</b>	<b>94,71</b>	<b>522,33</b>	<b>41,35</b>	<b>24,25</b>	<b>83,60</b>	<b>3,35</b>	<b>0,10</b>	<b>2,10</b>	<b>7,17</b>	<b>0,14</b>	<b>5,86</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1875</b>	<b>57,02</b>	<b>55,68</b>	<b>303,27</b>	<b>1909,48</b>	<b>292,50</b>	<b>200,36</b>	<b>586,91</b>	<b>10,67</b>	<b>76,39</b>	<b>391,71</b>	<b>9,16</b>	<b>0,64</b>	<b>137,94</b>
Среднее значение за неделю	завтрак	616	17,30	15,69	102,49	612,76	273,51	65,57	276,12	2,38	69,13	117,22	0,93	0,18	50,22
Среднее значение за неделю	обед	749	28,21	24,80	98,00	718,16	105,21	69,79	270,78	3,49	49,89	754,13	2,61	0,24	59,50
Среднее значение за неделю	полдник	357	5,23	11,72	65,97	381,23	38,06	19,59	57,31	2,57	9,09	16,83	4,24	0,09	11,64

Стоимость питания 356 руб в день

Основание: СанПиН 2.3/2.4.3590-20

п. 8.1.2.3. Допускается в течение дня отступление от норм калорийности по отдельным приемам пищи в пределах +/- 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, блюдо и кулинарных изделий на иные виды пищевой продукции, блюдо кулинарных изделий в соответствии с таблицей замены пищевой продукции с учетом ее пищевой ценности ( приложение № 11 к настоящим Правилам).

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах "Хлебпродинформ" Москва 2004 г.

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания "Хлебпродинформ" Москва 1996 г.

И.М.Скурихин, В.А.Тутельян. Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания. Москва, ДеЛи Принт 2008 г.

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

Специалист общественного питания



Н.А.Рудер