Примерное 2-х недельное меню МУП "Столовая №1 г. Ростова-на-Дону" на горячее питание для учащихся с 1 по 4 класс, завтрак стоимостью 54 руб. 17 коп., обед 79 руб. 00 коп. для муниципальных школ Октябрьского и Железнодорожного районов

осенне-зимний период

Сезон: ОСЕННИЙ, ЗИМНИЙ
Возрастная категория: с 1 по 4 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Минеральные вещества мг.%			
1 НЕДЕЛЯ : ПОНЕДЕЛЬНИК			Б	Ж	У	(ккал)	Ca	P	Mg	Fe
	ЗАВТРАК									
№498 сб. 2004г.	Сосиска отварная	80	7.57	21.20	0.34	199.50	25.23	110.45	25.23	1.23
№ 171 сб.2017 г.	Каша гречневая	150	8.30	8.95	37.37	157.50	22.91	172.70	24.86	1.82
табл сб.1994г.	Огурец свежий	60	0.42	0.06	0.42	7.20	8.50	18.00	8.40	0.30
ТУ9115-001-12123357	Батон домашний	50	3.80	2.36	23.55	131.00	11.00	37.00	14.50	0.69
№684,685 сб.2004г.	Чай с сахаром	200	0.07	0.02	15.00	60.00	11.10	2.80	1.40	0.28

			20.16	32.59	76.68	555.20				
	ОБЕД	**Масса порции**	**Б**	**Ж**	**У**	**(ккал)**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**
№101 сб.2017	Суп картоф. с рисом	200	1.58	2.18	9.69	68.60	21.36	44.78	18.22	0.70
№268 сб.2017	Биточки гов. рубл.	80	11.63	13.29	1.96	172.13	16.24	121.91	17.64	1.87
№ 520 сб.2004г.	Пюре картофельное	150	3.10	9.16	17.98	172.86	41.66	87.03	27.39	1.03
табл сб.1994г.	Огурец свежий	60	0.42	0.06	0.42	7.20	8.50	18.00	8.40	0.30
ТУ9115-001-12123357	Батон домашний	25	1.90	1.18	11.78	65.50	5.50	9.00	4.20	0.35
Сб.2017 г.	Хлеб ржаной	50	2.80	0.55	24.70	114.95	11.50	53.00	12.50	1.55
№639 сб.2004г.	Компот из свежих яблок	200	0.16	0.16	27.88	114.60	14.18	4.40	5.14	0.95
			21.59	26.58	94.41	715.84				
1 НЕДЕЛЯ : ВТОРНИК										
	ЗАВТРАК	**Масса порции**	**Б**	**Ж**	**У**	**(ккал)**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**
№97 сб. 2004г.	Сыр твердый	15	3.48	4.42	0.00	54.00	132.00	75.00	5.25	0.15
№16 сб. 2017 г.	Колбаса сервелат	20	3.03	43898.00	0.06	84.60	5.20	40.40	5.04	0.44
№181 сб. 2017 г.	Каша манная мол. с/с, с/м	250/10/10	6.94	12.18	37.90	237.50	152.35	134.30	23.06	0.56
ТУ9115-001-12123357	Батон домашний	50	3.80	2.36	23.55	131.00	11.00	37.00	14.50	0.69
№693 сб.2004г.	Какао с молоком	200	4.08	3.54	17.58	118.60	152.22	124.56	21.34	0.48
			21.33	43920.50	79.09	625.70				
	ОБЕД	**Масса порции**	**Б**	**Ж**	**У**	**(ккал)**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**
82 сб.2017 г.	Борщ с капуст. и картоф.	200	1.44	3.94	8.75	83.00	39.78	43.68	20.90	0.98
№290/330 сб 2017 г.	Птица, тушеная в сметанном соусе	80/40	7.97	6.50	1.47	147.20	17.71	46.16	8.43	0.37
№202 сб. 2017 г.	Макароны отварные	150	5.66	0.67	31.92	156.30	11.19	37.17	8.62	0.86
табл сб.1994г.	Помидор свежий	60	0.66	0.12	2.28	5.88	8.40	15.60	12.00	0.54
ТУ9115-001-12123357	Батон домашний	25	1.90	1.18	11.78	65.50	5.50	9.00	4.20	0.35
Сб.2017 г.	Хлеб ржаной	50	2.80	0.55	24.70	114.95	11.50	53.00	12.50	1.55

№ 349 сб.2017 г.	Компот из сухофруктов	200	0.66	0.09	32.01	132.80	32.48	23.44	17.46	0.69
			21.09	13.05	112.91	705.63				
1 НЕДЕЛЯ : СРЕДА										
	ЗАВТРАК	**Масса порции**	**Б**	**Ж**	**У**	**(ккал)**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**
№223 сб. 2017 г.	Запеканка из творога со сметаной	120/30	12.86	8.75	13.81	185.00	139.00	167.63	19.98	0.55
ТУ9115-001-12123357	Батон домашний	50	3.80	2.36	23.55	131.00	11.00	37.00	14.50	0.69
№14 сб. 2017 г.	Масло сливочное	10	0.08	7.26	0.14	66.00	2.40	3.00	0.00	0.02
№684,685 сб.2004г.	Чай с сахаром	200	0.07	0.02	15.00	60.00	11.10	2.80	1.40	0.28
			16.81	18.39	52.50	442.00				
	ОБЕД	**Масса порции**	**Б**	**Ж**	**У**	**(ккал)**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**
№103 сб. 2017 г.	Суп картоф. с мак. -ми /лапша/	200	2.15	2.27	13.96	94.60	23.36	54.06	21.82	0.90
№229 сб.2017 г.	Рыба, тушенная в томате с овощами	100/50	9.75	4.95	3.80	135.00	39.07	162.19	48.53	0.85
№518 сб.2004г.	Картофель отварной	200	3.84	7.55	26.64	200.00	26.00	106.27	38.71	1.57
табл сб.1994г.	Огурец свежий	60	0.42	0.06	0.42	7.20	8.50	18.00	8.40	0.30
ТУ9115-001-12123357	Батон домашний	25	1.90	1.18	11.78	65.50	5.50	9.00	4.20	0.35
Сб.2017 г.	Хлеб ржаной	50	2.80	0.55	24.70	114.95	11.50	53.00	12.50	1.55
№639 сб.2004г.	Компот из свежих яблок	200	0.16	0.16	27.88	114.60	14.18	4.40	5.14	0.95
			21.02	16.72	109.18	731.85				
1 НЕДЕЛЯ : ЧЕТВЕРГ										
	ЗАВТРАК	**Масса порции**	**Б**	**Ж**	**У**	**(ккал)**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**
№243 сб. 2017 г.	Сарделька отварная	100	10.45	23.09	1.27	236.36	25.45	121.82	14.55	1.64
№ 508 сб.2004г.	Каша пшеничная	150	6.41	7.51	37.56	203.00	33.83	146.69	34.36	2.48
№52 сб. 2017 г.	Свекла отварная	60	0.85	3.60	4.96	55.68	21.27	24.38	12.42	0.79

ТУ9115-001-12123357	Батон домашний	50	3.80	2.36	23.55	131.00	11.00	37.00	14.50	0.69
№684,685 сб.2004г.	Чай с сахаром	200	0.07	0.02	15.00	60.00	11.10	2.80	1.40	0.28
			21.58	36.58	82.34	686.04				
	ОБЕД	**Масса порции**	**Б**	**Ж**	**У**	**(ккал)**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**
№102 сб 2017 г.	Суп картофельный с горохом	200	4.39	4.22	13.23	118.60	34.14	70.48	28.46	1.64
№267 сб.2017 г.	Шницель рубленный из говядины	100/5	17.28	35.78	8.23	195.00	15.86	180.85	27.96	3.30
№304 сб. 2017 г.	Рис отварной	150	3.66	5.38	36.65	209.70	1.36	60.96	16.33	0.53
№52 сб. 2017 г.	Икра овощная	60	0.85	3.60	4.96	55.68	21.27	24.38	12.42	0.79
ТУ9115-001-12123357	Батон домашний	25	1.90	1.18	11.78	65.50	5.50	9.00	4.20	0.35
Сб.2017 г.	Хлеб ржаной	50	2.80	0.55	24.70	114.95	11.50	53.00	12.50	1.55
№ 349 сб.2017 г.	Компот из сухофруктов	200	0.16	0.16	27.88	114.60	14.18	4.40	5.14	0.95
			31.04	50.87	127.43	874.03				
1 НЕДЕЛЯ : ПЯТНИЦА										
	ЗАВТРАК	**Масса порции**	**Б**	**Ж**	**У**	**(ккал)**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**
№294 сб. 2017 г.	Котлета рубленная из птицы /филе/	80	13.95	13.40	13.02	218.80	47.82	64.00	17.76	2.90
табл сб.1994г.	Помидор свежий	60	0.66	0.12	2.28	5.88	8.40	15.60	12.00	0.54
№202 сб. 2017 г.	Макароны отварные	150	5.66	0.67	31.92	156.30	11.19	37.17	8.62	0.86
ТУ9115-001-12123357	Батон домашний	50	3.80	2.36	23.55	131.00	11.00	37.00	14.50	0.69
№684,685 сб.2004г.	Чай с сахаром	200	0.07	0.02	15.00	60.00	11.10	2.80	1.40	0.28
			24.14	16.57	85.77	571.98				
	ОБЕД	**Масса порции**	**Б**	**Ж**	**У**	**(ккал)**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**
№82 сб. 2017 г.	Борщ с капуст. и картоф.	200	1.44	3.94	8.75	83.00	39.78	43.68	20.90	0.98
№ 256 сб. 2017 г.	Мясо тушеное /говядина/	50/30	13.68	15.64	2.30	232.50	19.10	143.42	20.75	2.20

№ 171 сб.2017 г.	Каша гречневая	150	8.30	8.95	37.37	157.50	22.91	172.70	24.86	1.82
табл сб.1994г.	Помидор свежий	60	0.66	0.12	2.28	5.88	8.40	15.60	12.00	0.54
ТУ9115-001-12123357	Батон домашний	25	1.90	1.18	11.78	65.50	5.50	9.00	4.20	0.35
Сб.2017 г.	Хлеб ржаной	50	2.80	0.55	24.70	114.95	11.50	53.00	12.50	1.55
№684,685 сб.2004г.	Чай с сахаром	200	0.07	0.02	15.00	60.00	11.10	2.80	1.40	0.28
			28.85	30.40	102.18	719.33				
1 НЕДЕЛЯ : СУББОТА										
	ЗАВТРАК	**Масса порции**	**Б**	**Ж**	**У**	**(ккал)**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**
сб. 2004 г.	Птица отварная	100	19.10	7.40	0.50	145.00	57.60	125.50	5.40	1.50
№304 сб. 2017 г.	Рис отварной	150	3.66	5.38	36.65	209.70	1.36	60.96	16.33	0.53
№52 сб. 2017 г.	Свекла отварная	60	0.85	3.60	4.96	55.68	21.27	24.38	12.42	0.79
ТУ9115-001-12123357	Батон домашний	50	3.80	2.36	23.55	131.00	11.00	37.00	14.50	0.69
№684,685 сб.2004г.	Чай с сахаром	200	0.07	0.02	15.00	60.00	11.10	2.80	1.40	0.28
			27.48	18.76	80.66	601.38				
	ОБЕД	**Масса порции**	**Б**	**Ж**	**У**	**(ккал)**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**
№103 сб. 2017 г.	Суп картоф. с мак. -ми /лапша/	200	2.15	2.27	13.96	94.60	23.36	54.06	21.82	0.90
№268 сб.2017	Котлета гов. рубл.	80	11.63	13.29	1.96	172.13	16.24	121.91	17.64	1.87
№ 520 сб.2004г.	Пюре картофельное	150	3.10	9.16	17.98	172.86	41.66	87.03	27.39	1.03
табл сб.1994г.	Помидор свежий	60	0.66	0.12	2.28	5.88	8.40	15.60	12.00	0.54
ТУ9115-001-12123357	Батон домашний	25	1.90	1.18	11.78	65.50	5.50	9.00	4.20	0.35
Сб.2017 г.	Хлеб ржаной	50	2.80	0.55	24.70	114.95	11.50	53.00	12.50	1.55
№389 сб. 2017 г	Сок фруктовый	200	1.00	0.00	20.20	84.80	14.00	14.00	8.00	2.80
			23.24	26.57	92.86	710.72				
2 НЕДЕЛЯ : ПОНЕДЕЛЬНИК										
	ЗАВТРАК	**Масса порции**	**Б**	**Ж**	**У**	**(ккал)**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**
№498 сб. 2004г.	Сосиска гановерская отварная	80	7.57	21.20	0.34	199.50	25.23	110.45	25.23	1.23

№ 171 сб.2017 г.	Каша гречневая	150	8.30	8.95	37.37	157.50	22.91	172.70	24.86	1.82
табл сб.1994г.	Огурец свежий	60	0.42	0.06	0.42	7.20	8.50	18.00	8.40	0.30
ТУ9115-001-12123357	Батон домашний	50	3.80	2.36	23.55	131.00	11.00	37.00	14.50	0.69
№684,685 сб.2004г.	Чай с сахаром	200	0.07	0.02	15.00	60.00	11.10	2.80	1.40	0.28
			20.16	32.59	76.68	555.20				
	ОБЕД	**Масса порции**	**Б**	**Ж**	**У**	**(ккал)**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**
№102 сб 2017 г.	Суп карт. с горохом	200	4.39	4.22	13.23	118.60	34.14	70.48	28.46	1.64
№ 278 сб. 2017 г.	Тефтели из говядины	80/40	8.13	9.01	10.72	171.27	40.24	97.80	19.80	0.88
№202 сб. 2017 г.	Макароны отварные	200	7.55	0.89	42.56	208.40	14.92	49.56	11.49	1.15
табл сб.1994г.	Огурец свежий	60	0.42	0.06	0.42	7.20	8.50	18.00	8.40	0.30
ТУ9115-001-12123357	Батон домашний	25	1.90	1.18	11.78	65.50	5.50	9.00	4.20	0.35
Сб.2017 г.	Хлеб ржаной	50	2.80	0.55	24.70	114.95	11.50	53.00	12.50	1.55
№389 сб. 2017 г	Сок фруктовый	200	1.00	0.00	20.20	84.80	14.00	14.00	8.00	2.80
			26.19	15.91	123.61	770.72				
2 НЕДЕЛЯ : ВТОРНИК										
	ЗАВТРАК	**Масса порции**	**Б**	**Ж**	**У**	**(ккал)**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**
№97 сб. 2004г.	Сыр твердый	15	3.48	4.42	0.00	54.00	132.00	75.00	5.25	0.15
№16 сб. 2017 г.	Колбаса сервелат	20	3.02	8.02	0.06	84.60	5.20	40.40	5.00	0.44
№147 сб.2017 г.	Каша молоч. рисов. с/м, с/с, с м/сл	250/10/10	7.14	12.92	63.01	230.00	155.92	187.43	43.41	0.75
ТУ9115-001-12123357	Батон домашний	50	3.80	2.36	23.55	131.00	11.00	37.00	14.50	0.69
№693 сб.2004г.	Какао с молоком	200	4.08	3.54	17.58	118.60	152.22	124.56	21.34	0.48
			21.52	27.72	104.20	618.20				
	ОБЕД	**Масса порции**	**Б**	**Ж**	**У**	**(ккал)**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**
№82 сб. 2017 г.	Борщ с капуст. и картоф.	200	1.44	3.94	8.75	83.00	39.78	43.68	20.90	0.98
№ 256 сб. 2017 г.	Мясо тушеное /говядина/	50/30	13.68	15.64	2.30	232.50	19.10	143.42	20.75	2.20

№ 520 сб.2004г.	Пюре картофельное	200	4.13	12.21	23.97	230.48	55.55	116.04	36.52	1.37
табл сб.1994г.	Помидор свежий	60	0.66	0.12	2.28	5.88	8.40	15.60	12.00	0.54
ТУ9115-001-12123357	Батон домашний	25	1.90	1.18	11.78	65.50	5.50	9.00	4.20	0.35
Сб.2017 г.	Хлеб ржаной	50	2.80	0.55	24.70	114.95	11.50	53.00	12.50	1.55
№ 349 сб.2017 г.	Компот из сухофруктов	200	0.16	0.16	27.88	114.60	14.18	4.40	5.14	0.95
			24.77	33.80	101.66	846.91				
2 НЕДЕЛЯ : СРЕДА										
	ЗАВТРАК	**Масса порции**	**Б**	**Ж**	**У**	**(ккал)**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**
№14 сб. 2017 г.	Масло сливочное	10	0.08	7.25	0.13	66.00	2.40	3.00	0.00	0.02
№223 сб. 2017 г.	Запеканка из творога со сметаной	120/30	12.86	8.75	13.81	185.00	139.00	167.63	19.98	0.55
ТУ9115-001-12123357	Батон домашний	50	3.80	2.36	23.55	131.00	11.00	37.00	14.50	0.69
№684,685 сб.2004г.	Чай с сахаром	200	0.07	0.02	15.00	60.00	11.10	2.80	1.40	0.28
			16.81	18.38	52.49	442.00				
	ОБЕД	**Масса порции**	**Б**	**Ж**	**У**	**(ккал)**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**
№101 сб. 2017 г.	Суп карт. с рисом	200	1.58	2.18	9.69	84.60	21.36	44.78	18.22	0.70
№259 сб. 2017 г.	Жаркое по-домашнему	80/150	18.51	20.67	18.95	377.14	34.86	235.14	48.55	4.40
табл сб.1994г.	Огурец свежий	60	0.42	0.06	0.42	7.20	8.50	18.00	8.40	0.30
ТУ9115-001-12123357	Батон домашний	25	1.90	1.18	11.78	65.50	5.50	9.00	4.20	0.35
Сб.2017 г.	Хлеб ржаной	50	2.80	0.55	24.70	114.95	11.50	53.00	12.50	1.55
№684,685 сб.2004г.	Чай с сахаром	200	0.07	0.02	15.00	60.00	11.10	2.80	1.40	0.28
			25.28	24.66	80.54	709.39				
2 НЕДЕЛЯ : ЧЕТВЕРГ										
	ЗАВТРАК	**Масса порции**	**Б**	**Ж**	**У**	**(ккал)**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**
сб. 2004 г.	Птица отварная	100	19.10	7.40	0.50	145.00	57.60	125.50	5.40	1.50
№304 сб. 2017 г.	Рис отварной	150	3.65	5.37	36.69	209.70	1.37	60.95	16.32	0.53
№52 сб. 2017 г.	Свекла отварная	60	0.85	3.60	4.96	55.68	21.27	24.38	12.42	0.79
ТУ9115-001-12123357	Батон домашний	50	3.80	2.36	23.55	131.00	11.00	37.00	14.50	0.69

№684,685 сб.2004г.	Чай с сахаром	200	0.07	0.02	15.00	60.00	11.10	2.80	1.40	0.28
			27.47	18.75	80.70	601.38				
	ОБЕД	**Масса порции**	**Б**	**Ж**	**У**	**(ккал)**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**
№103 сб. 2017 г.	Суп картоф. с мак. -ми /лапша/	200	2.15	2.27	13.96	94.60	23.36	54.06	21.82	0.90
№294 сб. 2017 г.	Котлета рубленная /филе/	80	13.95	13.40	13.02	228.80	47.82	64.00	17.76	2.90
№518 сб.2004г.	Картофель отварной	150	2.88	5.66	19.89	150.00	19.50	79.70	29.03	1.18
табл сб.1994г.	Помидор свежий	60	0.66	0.12	2.28	5.88	8.40	15.60	12.00	0.54
ТУ9115-001-12123357	Батон домашний	25	1.90	1.18	11.78	65.50	5.50	9.00	4.20	0.35
Сб.2017 г.	Хлеб ржаной	50	2.80	0.55	24.70	114.95	11.50	53.00	12.50	1.55
№389 сб. 2017 г	Сок фруктовый	200	1.00	0.00	20.20	84.80	14.00	14.00	8.00	2.80
			25.34	23.18	105.83	744.53				
2 НЕДЕЛЯ : ПЯТНИЦА										
	ЗАВТРАК	**Масса порции**	**Б**	**Ж**	**У**	**(ккал)**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**
№97 сб. 2004г.	Сыр твердый	15	3.48	4.42	0.00	54.00	132.00	75.00	5.25	0.15
№234 сб. 2017 г.	Котлеты рыбные /минтай/	80	9.45	11.24	11.62	186.18	54.02	137.06	30.18	1.08
№ 520 сб.2004г.	Пюре картофельное	150	3.10	9.16	17.98	172.86	41.66	87.03	27.39	1.03
табл сб.1994г.	Огурец свежий	60	0.42	0.06	0.42	7.20	8.50	18.00	8.40	0.30
ТУ9115-001-12123357	Батон домашний	50	3.80	2.36	23.55	131.00	11.00	37.00	14.50	0.69
№684,685 сб.2004г.	Чай с сахаром	200	0.07	0.02	15.00	60.00	11.10	2.80	1.40	0.28
			20.32	27.26	68.57	611.24				
	ОБЕД	**Масса порции**	**Б**	**Ж**	**У**	**(ккал)**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**
№82 сб. 2017 г.	Борщ с капуст. и картоф.	200	1.44	3.94	8.75	83.00	39.78	43.68	20.90	0.98
№268 сб.2017	Биточки гов. рубл. с соусом	80/5	11.63	13.29	1.96	127.13	16.24	121.91	17.64	1.87

№ 508 сб.2004г.	Каша пшеничная	150	6.41	7.51	37.56	203.00	33.83	146.69	34.36	2.48
табл сб.1994г.	Огурец свежий	60	0.42	0.06	0.42	7.20	8.50	18.00	8.40	0.30
ТУ9115-001-12123357	Батон домашний	25	1.90	1.18	11.78	65.50	5.50	9.00	4.20	0.35
Сб.2017 г.	Хлеб ржаной	50	2.80	0.55	24.70	114.95	11.50	53.00	12.50	1.55
№639 сб.2004г.	Компот из свежих яблок	200	0.16	0.16	27.88	114.60	14.18	4.40	5.14	0.95
			24.76	26.69	113.05	715.38				
2 НЕДЕЛЯ : СУББОТА										
	ЗАВТРАК	**Масса порции**	**Б**	**Ж**	**У**	**(ккал)**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**
№ 278 сб. 2017 г.	Тефтели из говядины	80/40	8.13	9.01	10.72	171.27	40.24	97.80	19.80	0.88
№518 сб.2004г.	Картофель отварной	150	2.88	5.66	19.89	150.00	19.50	79.70	29.03	1.18
табл сб.1994г.	Помидор свежий	60	0.66	0.12	2.28	5.88	8.40	15.60	12.00	0.54
ТУ9115-001-12123357	Батон домашний	50	3.80	2.36	23.55	131.00	11.00	37.00	14.50	0.69
№684,685 сб.2004г.	Чай с сахаром	200	0.07	0.02	15.00	60.00	11.10	2.80	1.40	0.28
			15.54	17.17	71.44	518.15				
	ОБЕД	**Масса порции**	**Б**	**Ж**	**У**	**(ккал)**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**
№102 сб 2017 г.	Суп картофельный с горохом	200	4.39	4.22	13.23	118.60	34.14	70.48	28.46	1.64
№290/330 сб 2017 г.	Птица, тушеная в сметанном соусе	80/40	7.97	6.50	1.47	147.20	17.71	46.16	8.43	0.37
№202 сб. 2017 г.	Макароны отварные	150	5.66	0.67	31.92	156.30	11.19	37.17	8.62	0.86
табл сб.1994г.	Помидор свежий	60	0.66	0.12	2.28	5.88	8.40	15.60	12.00	0.54
ТУ9115-001-12123357	Батон домашний	25	1.90	1.18	11.78	65.50	5.50	9.00	4.20	0.35
Сб.2017 г.	Хлеб ржаной	50	2.80	0.55	24.70	114.95	11.50	53.00	12.50	1.55
№ 349 сб.2017 г.	Компот из сухофруктов	200	0.16	0.16	27.88	114.60	14.18	4.40	5.14	0.95
			23.54	13.40	113.26	723.03				

Примечание.

1.Данное меню было составлено с учетом основных принципов организации рационального питания учащихся, которое предусматривает поступление питательных веществ и энергии в количествах, соответствующих их физиологическим потребностям.

2. Выдержано оптимальное соотношение пищевых веществ (белков, жиров, углеводов)
3. В питании детей используются сезонные овощи.
4. Использована литература:
а) Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания
при общеобразовательных школах 1994 года.
б) Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания
при общеобразовательных школах 2004 года.
в) Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях 2017 года.
г) Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания.
д) ТУ на хлебобулочные изделия 9115-001-12123357 -2006 г.