

29/10	Салат из моркови с яблоками и курагой	60	0,70	-5,20	8,63	84,13	0,02	0,00	0,61	12,66	14,40	0,78
ТТК-270	Каша молочная "Дружба" с маслом	200/5	6,43	9,67	12,89	164,50	0,03	0,00	0,10	257,00	32,90	0,24
ТТК-198н	Какао с молоком полусливочное	200	3,40	2,80	17,00	106,70	0,04	0,40	1,30	122,60	22,50	0,54
	Хлеб пшеничный	30	2,63	0,18	18,30	85,34	0,06	0,00	0,00	11,10	4,20	0,27
ТТК-235н	Блинчики с повидлом	63	2,5	1,5	30,6	145,5	0,05	0,05	0,03	132,0	23,0	1,00
	Итого:		15,66	19,30	87,44	586,20	0,20	0,45	2,04	535,36	97,00	2,83

День 11

	Десерт фруктовый (яблоко)	100	0,00	0,00	8,07	32,30	0,07	0,00	11,00	60,00	5,47	0,27
ТТК-996	Салат «Боровое зернышко» (свекла отв., зел. горошек, масло раст.)	60	1,02	3,00	4,74	49,50	0,02	0,00	4,44	18,36	21,00	0,69
ТТК-200н	Зразы "Любимые с сырок" с овощами (мексиканская смесь)	75/15	9,03	10,47	6,42	166,63	0,10	0,04	0,44	216,56	15,40	1,00
216/2004	Картофель тушеный	150	2,80	10,10	24,30	206,60	0,17	0,19	3,44	28,10	3,63	1,38
ТТК475	Чай полусливочный	200	0,18	0,00	4,78	19,90	0,01	0,00	0,04	5,25	4,40	0,01
	Хлеб пшеничный	30	2,63	0,18	18,30	85,34	0,06	0,00	0,00	11,10	4,20	0,27
	Итого:		15,66	23,75	66,61	560,27	0,44	0,23	19,36	339,37	54,10	3,62

День 12

ТТК-130	Салат "Метелика" (капуста св., морковь св., свекла отв., масло раст.)	60	0,60	2,40	4,80	42,00	0,04	0,00	4,30	16,74	11,10	0,78
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	14,60	15,50	50,49	399,86	0,07	0,06	0,51	55,00	23,56	1,29
686/04	Чай с сахаром с лимонном	200/7	0,30	0,00	15,20	60,00	0,01	0,00	2,83	8,45	1,36	0,07
	Хлеб пшеничный	30	2,63	0,18	18,30	85,34	0,06	0,00	0,00	11,10	4,20	0,27
	Итого:		18,13	18,08	88,79	587,20	0,18	0,06	7,64	91,29	40,22	2,41
	Итого за 12 дней		234,90	225,17	976,11	6915,68	3,62	2,04	171,03	3135,48	787,52	37,81
	Средняя величина за 12 дней		19,58	18,76	81,34	576,31	0,30	0,17	14,25	261,3	65,63	3,15
	Соотношение белков жиров и углеводов		1,00	1,00	4,00							

Примечание: при составлении меню использованы

1. Сборник технических нормативов. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общ. питания при общеобразовательных школах. Под общей редакцией В. Т. Лапиной, 2004 г. г. Москва
2. Сборник технических нормативов. Сборник рецептов, блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. Под общей редакцией М. П. Могильного и В. А. Тутельяна, 2010 г. г. Москва
3. Технико-технологические карты, разработанные ООО "Школьное питание".
4. Примерное меню при его практическом использовании может корректироваться с учетом социально-демографических факторов, национальных, конфессиональных и территориальных особенностей питания населения, при условии соблюдения требований к содержанию в рационе питания основных пищевых веществ.
5. СанПиН 2.3.72.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"

Исполнитель:

Мартьянова Г.Н.

т. 53-72-48