





№ рец. по сборнику 2015 г	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В <sub>1</sub>	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>3-й день.</b>														
ИР	Пряник Сливочный	50	2,5	4,5	35	195	-	-	-	-	-	-	-	-
376	Чай с низким содержанием сахара	200	0,07	0,02	9,98	40	-	0,03	-	-	11	2,8	1,4	0,26
	<b>Итого</b>		2,57	4,52	44,98	235	0	0,03	0	0	11	2,8	1,4	0,26

№ рец. по сборнику 2015 г	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В <sub>1</sub>	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>4-й день.</b>														
ТТК	Песочник	50	3,11	9,39	33,51	230,98	0,048	-	-	2,96	4,75	25,28	4,67	0,38
376	Чай с низким содержанием сахара	200	0,07	0,02	9,98	40	-	0,03	-	-	11	2,8	1,4	0,26
	<b>Итого</b>		3,18	9,41	43,49	270,98	0,048	0,03	0	2,96	15,75	28,08	6,07	0,64

Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/ Под ред. П.М. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.



№ ред. по сборнику 2015 г	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В <sub>1</sub>	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>5-й день</b>														
15	Сыр российский (порциями)	20	4,64	5,9	-	72	0,006	0,14	0,052	0,1	176	100	7	0,2
ПР	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,68	46,87	0,02	-	-	0,26	4,61	17,44	6,62	0,22
376	Чай с низким содержанием сахара	200	0,07	0,02	9,98	40	-	0,03	-	-	11	2,8	1,4	0,26
	<b>Итого</b>		6,29	6,12	19,66	<b>158,87</b>	0,026	0,17	0,052	0,36	191,61	120,24	15,02	0,68

Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/ Под ред. П.М. Могильного и В. А. Тутельяна. –М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.

№ ред. по сборнику 2015 г	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В <sub>1</sub>	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>6-й день</b>														
ПР	Пряник Сливочный	50	2,5	4,5	35	195	-	-	-	-	-	-	-	-
376	Чай с низким содержанием сахара	200	0,07	0,02	9,98	40	-	0,03	-	-	11	2,8	1,4	0,26
	<b>Итого</b>		2,57	4,52	44,98	<b>235</b>	0	0,03	0	0	11	2,8	1,4	0,26

Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/ Под ред. П.М. Могильного и В. А. Тутельяна. –М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.



№ рец. по сборнику 2015 г	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В <sub>1</sub>	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>7-й день</b>														
15	Сыр российский (порциями)	20	4,64	5,9	-	72	0,006	0,14	0,052	0,1	176	100	7	0,2
	ПР Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,68	46,87	0,02	-	-	0,26	4,61	17,44	6,62	0,22
376	Чай с низким содержанием сахара	200	0,07	0,02	9,98	40	-	0,03	-	-	11	2,8	1,4	0,26
	<b>Итого</b>		6,29	6,12	19,66	<b>158,87</b>	0,026	0,17	0,052	0,36	191,61	120,24	15,02	0,68

№ рец. по сборнику 2015 г	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В <sub>1</sub>	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>8-й день</b>														
16	Печенье Сахарное	50	3,75	12,25	35,25	213	0,04	-	0,006	1,75	14,5	45	10	1,05
376	Чай с низким содержанием сахара	200	0,07	0,02	9,98	40	-	0,03	-	-	11	2,8	1,4	0,26
	<b>Итого</b>		3,82	12,27	45,23	<b>253</b>	0,04	0,03	0,006	1,75	25,5	47,8	11,4	1,31



№ рец. по сборнику 2015 г.	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В <sub>1</sub>	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>9-й день</b>														
16	Ветчина варено-копченая (горячими)	20	4,52	4,18	-	56	-	-	-	-	2,34	53,6	7	-
	ПР Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,68	46,87	0,02	-	-	0,26	4,61	17,44	6,62	0,22
376	Чай с низким содержанием сахара	200	0,07	0,02	9,98	40	-	0,03	-	-	11	2,8	1,4	0,26
	<b>Итого</b>		6,17	4,4	19,66	<b>142,87</b>	0,02	0,03	0	0,26	17,95	73,84	15,02	0,48

№ рец. по сборнику 2015 г.	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В <sub>1</sub>	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>10-й день</b>														
	ПР Песочник	50	3,11	9,39	33,51	230,98	0,048	-	-	2,96	4,75	25,28	4,67	0,38
376	Чай с низким содержанием сахара	200	0,07	0,02	9,98	40	-	0,03	-	-	11	2,8	1,4	0,26
	<b>Итого</b>		3,18	9,41	43,49	<b>270,98</b>	0,048	0,03	0	2,96	15,75	28,08	6,07	0,64

Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/ Пол ред. П.М. Морозового и В.А. Тугельяна –М.: ДеЛив, 2015. – 544 с.