
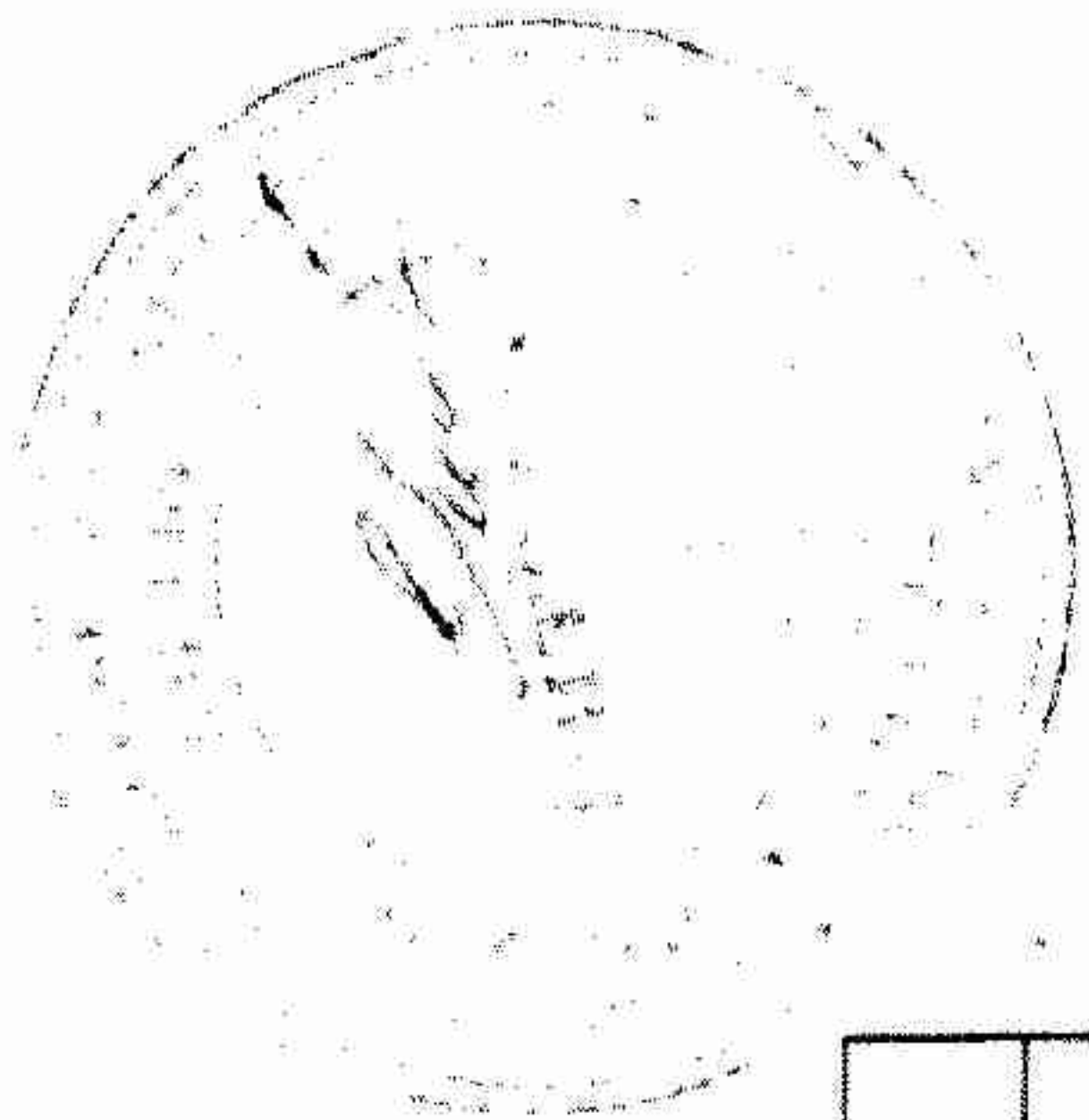


11.01.22.

Директор  Е. С. Николаева



"Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий под общей редакцией В.Т. Лалшиной". Москва 2004 год
 "Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий". автор Здобнов А.И., Цыганенко В.А., 2005 год
 "Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех ОУ", Могильный М.П., 2011 год
 "Сборник технологических нормативов, рецептов блюд, кулинарных изделий для школьного питания" под общей редакцией Маннанова Н.А., Матюшко В.С. УФА 2010г
 10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ОВЗ

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Выход	цена	Пищевые вещества/g						Энергет. ценность
				Б	Ж	У	5	6	7	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Вариант 2										
Завтрак										
ТТК №1,2,3,4,5	Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	60	9,00	0,9	0,1	5,3				25,7
443/2004 л	Плов с курицей	200	43,09	20,4	25,3	36,5				484,4
376/2011 М	Чай с сахаром №376	200/15	15,00	0,1	0,0	14,8				59,3
п/т	Вафли	30	7,00	0,4	0,5	14,1				25,3
703/2010 М	Хлеб пшеничный	30	3,00	3,7	0,6	14,6				87,8
	Итого за прием пищи:	535	77,09	25,5	26,5	85,3				652,5
2 й завтрак										
ПТ	Сок 0,2	1/200	10,89	0,95	0,00	17,29				72,96
ПТ	Вафли сладкие грелы	30	5,9	4,8	19,9	22,1				149,8
	Итого	230	16,79	5,75	19,9	39,39				222,76
	Всего			31,2	46,4	124,7				875,2