



2022

Сезон: осенне-зимний

Возрастная категория: 7 - 11 лет

Страница 1

День 7	Завтрак:							
	15/М	Сыр полутвердый	15		3,9	3,92	0,0	50,9
	209/М	Яйцо вареное	40		5,08	4,6	0,28	62,8
	173/М	Суп молочный с вермишелью, сахаром, масл. сливочным	200/10/10		4,56	8,42	25,29	195,2
	382/М	Какао с молоком	180		3,37	2,85	14,71	98,0
		Хлеб пшеничный	40		3,04	0,4	19,32	93,0
		Яблоко	100		0,4	0,4	9,8	44,4
Итого:			515	72,00	20,35	20,59	69,4	544,3
День 8	Завтрак:							
	14/М	Масло сливочное	10		0,08	7,25	0,13	66,1
	279/М	Тефтели из говядины с соусом красным основным	90/30		10,70	11,60	12,88	198,72
	171/М	Каша гречневая рассыпчатая	150		4,35	6,32	29,69	193,0
	377/М	Чай с сахаром и лимоном	180/10/7		0,05	0,01	10,16	40,9
		Хлеб пшеничный	40		3,04	0,4	19,32	93,0
								0,0
Итого:			517	72,00	18,22	25,58	72,18	591,8
День 9	Завтрак:							
	223/М	Ватрушка с творогом	75		8,26	7,24	27,20	207,0
	294/М	Котлеты из индейки	90		9,29	8,81	7,06	144,7
	202/М	Макароны отварные с маслом сливочным	150/5		6,2	4,58	42,3	235,2
	378/М	Чай с молоком	180		1,45	1,25	12,38	66,6
		Хлеб пшеничный	40		3,04	0,4	19,32	93,0
								0,0
Итого:			540	72,00	28,24	22,28	108,26	746,5
День 10	Завтрак:							
	15/М	Сыр полутвердый	15		3,9	3,92	0	50,9
	234/М	Котлета рыбная	90		7,50	6,26	10,56	128,6
	128/М	Картофельное пюре с маслом сливочным	150/5		3,07	8,32	32,19	215,9
	377/М	Чай с сахаром и лимоном	180/10/7		0,05	0,01	10,16	40,9
		Хлеб пшеничный	40		3,04	0,4	19,32	93,0
								0,0
Итого:			500	72,00	17,56	18,91	72,23	529,4
Среднее значение завтраков				72,00	21,12	19,81	76,46	568,58
Выполнение СанПиН, % от суточной нормы					27%	25%	23%	24%
100 % Норма СанПиН					77	79	335	2 350
Примечание: Расчет сырья, выхода готовых блюд произведен по Сборнику рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях 2017 год. Фрукты включены по массе нетто. В блюдах используется исключительно йодированная соль.								