День 7 (26.12.2022г.)
Сезон: осень-зима

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества							
			Белки	Жиры	Углеводы		Ca	Mg	P	Fe	B 1	C	A	B 2	D	K	I	Se	F
							Обед												
т/к № 104, рецептура 104*	*Суп картофельный с лапшой на мясном бульоне*	250	2,69	2,84	17,14	104,75	11,07	0	0	0,74	0,0367	2,212	0	0,047	0	0	0	0	0
т/к № № рецепт.591***	*Гуляш*	100	8,47	13,35	21,21	109,68	19,39	19,58	0	2.72	0	0,82	0	0	0	0	0	0	0
т/к № 688*	*гарнир: каша пшеничная*	180	7,92	5,26	36,32	256,45	1,22	0,03	162	2,43	0,11	0	0,02	0	0	0	0	0	0
т/к № 291***	*Кисель*	200	0	0	28	119	0,24	0	0	0,03	0	0	0	0		0	0	0	0
т/к № 878***	*Хлеб пшеничный*	40	3,28	0,56	0,52	78	13,2	0,03	0,015	1,68	0,09	6,9	16,1	0,036	0,13	9,9	0,001	0,0009	0,005
т/к № 879***	*Хлеб ржаной*	20	1,72	0.31	0,31	47,06	7,0	0,045	0,03	0,78	0,036	10,5	31,4	0,016	0,4	10,5	0,0084	0	0,2
	Всего: за 7-й день:	**790**	**24,08**	**22,01**	**103,5**	**714,94**	**163,88**	**30,315**	**0,045**	**5,14**	**0,213**	**50,92**	**47,5**	**0,812**	**0,53**	**20,4**	**0,0094**	**0,0009**	0

* - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей школьных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2010
**Сборник рецептур блюд во всех образовательньтх учреждениях Москва Дели плюс 2011
***Сборник рецептур блюд и кулинар. изд. для предпр. обществ. питания при общеобразоват. школах- М: Хлебпродинформ, 2004 г.; ТТК; Под ред. В.Т.Лапшиной. – М.: Хлебпродинформ, 2004
*** Сборник рецептур блюд и кулинар. изд. для предпр. обществ. питания при общеобразоват. школах – Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005