

День 9 (29.12.2022г.)
Сезон: осень-зима

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетиче- ская ценность	Витамины/ Минеральные вещества												
			Белки	Жиры		Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A	B2	D	K	I	Se	F
Обед																		
т/к № 120605 ***	Суп с бобовыми картофельный	250	5,38	5,63	19,55	0,86	3,65	5,02	56,34	21,09	12,54	24,58	0,80	0,01	5,70	0,00	0	0
т/к № 379 № рецепт.379*	Плов мясной	280	15,77	13,7	54,27	39,79	20,47	43,82	0,74	0,058	16,99	0,00	0	0	0	0	0	0
т/к № 878***	Компот из смеси сухофруктов	200	0,73	0	30,69	6,40	0,00	3,6	0,18	0,01	1,08	0,00	0	0	0	0	0	0
(т/к № 879***	Хлеб пшеничный	40	3,28	0,56	0,52	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
	Хлеб ржанод- пшеничный	20	1,72	0,31	0,31	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 9-й день	790	26,88	19,89	105,34	67,25	24,195	52,485	59,72	21,284	48,01	72,08	0,052	0,53	20,4	0,0094	0,0009	0,205

* - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей школьных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. - М.: Делии принт, 2010

**Сборник рецептов блюд во всех образовательных учреждениях Москва Делии плюс 2011

***Сборник рецептов блюд и кулинар. изд. для предпр. обществ. питания при общобразоват. школах - М.: Хлебпродинформ, 2004 г.; ТТК: Под ред. В.Т.Лапиной. - М.: Хлебпродинформ, 2004

***Сборник рецептов блюд и кулинар. изд. для предпр. обществ. питания при общобразоват. школах - Авт.-сост.: А.И.Зюбнов, В.А.Цыганенко, М.И.Пересичный. - К.: А.С.К., 2005