

День 2

Сезон: осень-зима

Сезон: осень-зима			Витамины/ Минеральные вещества																	
№ рецептуры, сборник	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность															
			Белки	Жиры		Углеводы	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A	B2	D	K	I	Se	F	
Обед																				
т/к № 779 из Серия программ «Питание»	Суп картофельный с клецками на мясном бульоне	250	6,38	2,15	22,38	127,80	11,07	0	0	0,74	0,0367	2,212	0	0,0466	0	0	0	0	0	
т/к № 486*	Рыба тушеная в томате с овощами	100	11,87	12,85	15,53	150	52,11	59,77	238,46	0,96	0,10	3,35	0,01	0	0	0	0	0	0	
т/к № 37, рецептура 679***	гарнир: пюре картофельное	180	2,47	8,16	24,54	164,7	1,22	0,03	162,0	2,43	0,11	0,00	0,02	0	0	0	0	0	0	
№ 17* рецептуры 349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,73	0	30,69	130	6,40	0,00	3,6	0,18	0,01	1,08	0,00	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	
	Итого за 2-й день	790	26,45	23,72	93,97	697,56	114,25	72,555	406,13	7,56	0,473	53,762	57,53	68,052	4,05	182,84	0,0159	0,0009	0,237	

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

\*\*Сборник рецептов блюд во всех образовательных учреждениях Москва Дели плюс 2011

\*\*\*Сборник рецептов 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 рецептов 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

\*\*\*\*\* Сборник тех.нормативов, рецептур блюд и кулинар. изд. для школьных образоват., детских домов и детских образов. учр. - 2004г.