

День 5 (22.12.2022г.)
Сезон: осень-зима

№ рецептуры, сборник	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность	Витамины/ Минеральные вещества														
			Белки	Жиры		Uглеводы	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A	B2	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	0
т/к № 382* № рецепт.382*	Азу	100	5,28	7,21	6,96	216,8	11,48	16,10	-	1,0	-	3,78	-	0	0	0	0	0	0	0
т/к № 47*** № рецепт.943***	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	0
т/к № 878***	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6	152,22	21,34	0	0,48	0	1,59	0	0	0	0	0	0	0	0
(т/к № 879***	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	0
	Хлеб ржано- пшеничный	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	0
	Всего: за 5-й день:	790	19,52	22,62	67,05	729,91	196,19	37,545	162,05	7,11	0,2727	24,982	47,52	0,0986	0,53	20,4	0,0094	0,0009	0,205	0

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

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

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