

Сборник рецептов, блюд и кулинарных изделий "Дело и Сервис" 2002

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся всех образовательных учреждений Дели плюс2017

М.п.

УТВЕРЖЕНО
 Директор МАОУ ФМЦП №56
 В.В. Перинова

Комплекс: льготное питание

Возрастная группа с 7 до 11 лет

I неделя		выход	белки	жиры	углево ды	ккал.	Са	Мг	Р	Fe	А	В1	В2	В6	В12	С
234/2017	5 день ЗАВТРАК Котлета рыбная "МЕЧТА"	80/5	15,61	12,34	6,2	219,6	64,1	22,17	154,5	0,611	17,6	0,14	3,1	1,6		
312/2017	Картофельное пюре	150	1,99	2,9	16,9	156	25	19	58	0,7	17	0,1	1	12		
1119/2002	Компот из кураги	200	0,24	0,05	14,5	132	14,2	5,24	9,78	0,91	0,001	0,003	0,09	3,14		
ТТК	йодированный	20	2,6	0,43	15,09	86	13,8	19,1	20,5	1,3	0,032	0,048	0,2	0		
	Итого:		20,44	15,72	52,69	593,6	117,1	65,51	242,8	3,521	34,633	0,291	4,39	16,74		
5 день ЗАВТРАК																
Возрастная группа с 11 лет и старше																
234/2017	Биточки рыбные	100/5	17,36	12,34	6,2	292,8	64,1	22,17	154,5	0,611	17,6	0,14	3,1	1,6		
312/2017	Картофельное пюре	200	2,15	3,1	16,9	199	25	19	58	0,7	17	0,1	1	12		
1119/2002	Компот из кураги	200	0,24	0,05	14,5	132	14,2	5,24	9,78	0,91	0,001	0,003	0,09	3,14		
ТТК	Хлеб пшен., йодированный	40	2,6	0,43	16,01	86	13,8	19,1	20,5	1,3	0,032	0,048	0,2	0		
	Итого:		22,35	15,92	53,61	709,8	117,1	65,51	242,8	3,521	34,633	0,291	4,39	16,74		

Сборник рецептов, блюд и кулинарных изделий "Дого и Сервис" 2002

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся всех образовательных учреждений Дели плюс2017



УТВЕРЖДЕНО:
 Директор МАОУ ФМДИ №56
 М.П.: В.В. Перинава

Комплекс: льготное питание

Возрастная группа с 7 до 11 лет

	1 неделя	Возрастная группа с 7 до 11 лет																
		Выход	белки	жиры	углево ды	крат.	Са	Мг	Р	Fe	Ca	Р	С					
70/2017	Кукуруза консерв.	25	2,5	1,3	14,2	49	2	62,4	180	2,22	31,8	0,22	1,92	0				
96/2017	Рассольник По- Петербурски	200/10	2,14	1,54	5,3	156,4	4,75	6,78	10,53	14,58	256,25	41,62	0,05	10,5				
ТТК	Колобки "ПРИМОРЬЕ"	80/5	14,85	6,318	4,311	195	15,237	23,09	160,8	7,965	0,252	2,808	0,02	3,393				
ТТК	Гарнир "РЫЖИК"	150	1,968	7,72	12,12	166,8	16,68	11,16	71,28	0,46	0,024	1,548	0	0,46				
ТТК	Хлеб пшен., йодированный	20	2,6	0,43	15,09	86	13,8	19,1	20,5	1,3	0,032	0,048	0,2	0				
11/9/2002	Компот из кураги	200	0,24	0,05	14,5	132	14,2	5,24	9,78	0,91	0,001	0,003	0,09	3,14				
	Итого:		21,798	16,058	51,32	785,2	64,667	65,37	272,9	25,22	256,56	46,024	0,27	14,35				
	1 неделя	Возрастная группа с 11 лет и старше																
	5 день ОБЕД																	
70/2017	Кукуруза консерв.	35	2,5	1,3	14,2	68	2	62,4	180	2,22	31,8	0,22	1,92	0				
96/2017	Рассольник По- Ленинградски	250/5	2,18	1,63	5,8	195,5	4,75	6,78	11,02	14,58	256,25	41,62	0,05	10,5				
ТТК	Колобки "ПРИМОРЬЕ"	100/5	15,01	6,4	4,67	243,75	15,237	23,09	160,8	8,1	0,252	2,808	0,02	4				
ТТК	Гарнир "РЫЖИК"	200	2,12	8,21	12,99	222,4	18	11,97	71,28	0,46	0,024	1,548	0	0,46				
ТТК	Хлеб пшен., йодированный	40	2,6	0,43	15,09	86	13,8	19,1	20,5	1,3	0,032	0,048	0,2	0				
11/9/2002	Компот из кураги	200	0,24	0,05	14,5	132	14,2	5,24	9,78	0,91	0,001	0,003	0,09	3,14				
	Итого:		22,15	16,72	53,05	947,65	65,987	66,18	273,4	25,35	256,56	46,024	0,27	14,96				