

2	Кофейный напиток с молоком	395 (21)	200	2,296	1,778	11,297	70	0,02	0,06	0,26	24,69	0,00	59,73	73,20	27,47	1,25	131,08	3,96	0,88	8,8
Итого за день:				5,130	6,789	44,095	258	0,05	0,10	0,35	50,39	0,14	76,07	109,03	33,00	1,70	179,47	5,68	3,31	16,2
6 день																				
1	Булочка с творожной начинкой	АКТ (25)	50	4,429	2,783	19,180	119	0,03	0,05	0,04	1,05	0,09	28,27	52,69	6,90	0,41	45,02	11,73	6,15	11,1
2	Сок фруктовый, ягодный, в ассортименте т/л	(12)	200	0,507	0,376	31,166	130	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01
Итого за день:				4,936	3,159	50,345	250	0,03	0,05	0,04	1,05	0,09	28,27	52,69	6,90	0,41	45,02	11,73	6,15	11,1
Итого за неделю:																				
2 неделя																				
1 день																				
1	Бутерброд с сыром на батоне 30/45	(1)	75	8,994	7,759	20,589	188	0,01	0,11	0,21	0,06	0,33	300,00	180,00	16,50	0,21	30,00	0,00	4,29	0,00
2	Чай с сахаром 200/10 *	(25)	210	0,159	0,000	8,742	36	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00	4,62	7,18	3,83	0,74	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за день:				9,153	7,759	29,332	224	0,01	0,11	0,25	0,06	0,33	304,62	187,18	20,33	0,95	30,00	0,00	4,29	0,00
2 день																				
1	Каша манная молочная жидкая м/н 200/10*	311 (21)	210	5,016	8,436	28,649	211	0,05	0,14	0,55	75,96	0,11	122,44	109,64	18,96	0,49	158,17	43,06	1,94	24,17
2	Чай с сахаром 200/10 *	(25)	210	0,159	0,000	8,742	36	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00	4,62	7,18	3,83	0,74	0,00	0,00	0,00	0,00
3	Батон "Вкусный"	(25)	50	2,586	0,287	22,877	104	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за день:				7,760	8,722	60,268	351	0,06	0,14	0,59	75,96	0,11	127,06	116,82	20,79	1,23	158,17	43,06	1,94	24,17
3 день																				
1	Мучное-кондитерское изделие без крема	(0)	50	3,228	3,158	23,121	134	0,05	0,00	0,00	60,00	0,00	0,50	0,30	5,00	0,40	0,00	0,00	0,00	0,00
2	Напиток растворимый "Цикорий" с молоком *	(25)	200	1,152	1,034	10,770	57	0,01	0,06	0,26	24,60	0,00	53,06	39,59	5,66	0,10	58,10	3,96	0,88	8,80
Итого за день:				4,380	4,192	33,891	191	0,06	0,06	0,26	84,60	0,00	53,56	39,88	10,66	0,50	58,10	3,96	0,88	8,80
4 день																				
1	Печенье	(12)	50	2,450	11,797	30,449	238	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2	Кефир	698 (21)	200	4,901	6,016	7,648	104	0,06	0,34	1,40	0,20	2,00	240,00	190,00	28,00	0,20	292,00	0,00	0,00	0,00
Итого за день:				7,351	17,813	38,097	342	0,06	0,34	1,40	0,20	2,00	240,00	190,00	28,00	0,20	292,00	0,00	0,00	0,00
5 день																				
1	Крендель "Школьный"	(25)	50	3,271	5,712	27,952	176	0,03	0,02	0,01	0,03	0,09	8,88	34,68	5,45	0,49	42,09	7,44	4,52	11,46
2	Чай с молоком натуральным 150/50/10	630 (12)	210	1,311	1,034	10,830	58	0,01	0,06	0,30	24,60	0,00	57,42	46,76	9,48	0,82	58,10	3,96	0,88	8,80
3	Фрукты свежие (яблоко)	(12)	1шт.(120)	0,406	0,045	11,243	47	0,04	0,02	12,00	0,00	0,00	19,20	13,20	10,80	2,64	333,60	2,11	0,31	8,45
Итого за день:				4,987	6,791	50,025	281	0,08	0,10	12,31	24,63	0,09	85,50	94,64	25,74	3,95	433,79	13,51	5,71	28,71
6 день																				
1	Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом 250/5	257 (12)	255	6,834	7,703	32,779	228	0,15	0,15	0,69	76,94	0,06	164,34	216,90	58,50	1,49	154,60	77,50	12,02	38,40
2	Чай с сахаром 200/10 *	(25)	210	0,159	0,000	8,742	36	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00	4,62	7,18	3,83	0,74	0,00	0,00	0,00	0,00
3	Батон "Вкусный"	(25)	50	2,586	0,287	22,877	104	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за день:				9,578	7,990	64,399	368	0,15	0,15	0,73	76,94	0,06	168,96	224,07	62,32	2,23	154,60	77,50	12,02	38,40

Итого за неделю:				43,210	53,268	276,011	1756	0,42	0,90	15,54	262,39	2,59	979,71	852,60	167,83	9,06	1126,67	138,03	24,85	100,00
Всего: 3379 : 12 = 282 ккал																				
Всего: 82,336 : 12 = 6,861 грамм белка																				
Всего: 97,366 : 12 = 8,114 грамм жира																				
Всего: 543,231 : 12 = 45,269 грамм углеводов																				
Всего: 0,86 : 12 = 0,07 мг витамина В1																				
Всего: 1,37 : 12 = 0,11 мг витамина В2																				
Всего: 17,49 : 12 = 1,46 мг витамина В2																				
Всего: 477,43 : 12 = 39,79 мг витамина С																				
Всего: 477,43 : 12 = 39,79 мг витамина А (рет. экв.)																				
Всего: 3,46 : 12 = 0,29 мг витамина D																				
Всего: 1829,69 : 12 = 152,47 мг кальция																				
Всего: 1501,03 : 12 = 125,09 мг фосфора																				
Всего: 331,28 : 12 = 27,61 мг магния																				
Всего: 200,31 : 12 = 16,69 мг железа																				
Всего: 1690,42 : 12 = 140,87 мг калия																				
Всего: 244,42 : 12 = 20,37 мг йода																				
Всего: 51,60 : 12 = 4,30 мг селена																				
Всего: 175,88 : 12 = 14,66 мг фтора																				

Экономист по ценам:

Технолог

Примечание:

- 1 - Сб.рецептур блюд и кул.изделий для ПОП. Изд. 1983 г.
- 12 - Сб.рецептур блюд и кул.изделий для ПОП 1994г
- 21 - сб.рецептур блюд и кул.изд. для ПОП при общеобр. школ 2004г.
- 25 - Техничко-технологическая карта №