

		2 неделя																		
		1 день								2 день										
1	Запеканка картофельная с овощами	264 (21)	150	3,910	6,486	22,994	166	0,14	0,12	16,23	20,72	0,25	35,15	106,98	36,32	1,71	725,81	8,38	2,48	42,
2	Хлеббушек школьный (из пшеничной муки)	(0)	30	1,600	0,265	13,394	62	0,10	0,03	0,00	0,00	0,00	63,60	65,70	19,20	0,87	80,70	6,60	3,60	0,
3	Чай с лимоном 200/10/7 *	686 (21)	217	0,212	0,007	8,943	37	0,00	0,00	2,84	0,00	0,00	7,42	8,72	4,67	0,78	11,41	0,01	0,02	0,
Итого за день:				5,722	6,757	45,331	265	0,24	0,16	19,07	20,72	0,25	106,17	181,40	60,19	3,36	817,92	14,99	6,10	43,;
1	Пирог манный с сахарной пудрой	8 (25)	95	5,421	7,821	45,700	275	0,05	0,09	0,07	26,26	0,40	32,69	69,06	9,41	0,84	82,73	4,55	5,28	18,1
2	Напиток растворимый "Ликорий" 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	8,8
Итого за день:				6,573	8,855	56,470	332	0,06	0,14	0,33	50,86	0,40	85,75	108,65	15,06	0,94	140,83	8,51	6,16	26,9
1	Слойка детская	(25)	70	4,230	4,580	33,819	193	0,04	0,04	0,06	0,10	0,13	23,17	49,90	8,01	0,58	65,15	18,64	4,55	12,3
2	Какао-напиток "Витошка", обогащенный витаминами	(25)	200	4,027	3,474	15,207	108	0,21	0,39	7,26	132,53	1,35	158,66	118,75	16,96	0,26	174,30	11,88	2,64	26,4
Итого за день:				8,257	8,054	49,026	302	0,24	0,43	7,32	132,63	1,48	181,83	168,65	24,98	0,85	239,45	30,52	7,19	38,71
1	Ряженка	698 (21)	200	4,732	7,520	8,030	119	0,04	0,00	0,60	60,00	0,00	248,00	0,00	28,00	184,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2	Печенье	(12)	30	1,470	7,078	18,269	143	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:				6,202	14,598	26,300	261	0,04	0,00	0,60	60,00	0,00	248,00	0,00	28,00	184,00	0,00	0,00	0,00	0,00
1	Ватрушка с творогом	741 (21)	100	10,222	5,619	37,881	243	0,05	0,11	0,09	0,06	0,18	67,42	121,58	15,66	0,86	96,91	32,02	14,55	24,43
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	8,80
Итого за день:				12,518	7,398	49,178	313	0,07	0,18	0,35	24,75	0,18	127,15	194,78	43,13	2,11	227,99	35,98	15,43	33,23
Всего: 3120 : 10 = 312 ккал																				
Всего: 86,586 : 10 = 8,659 грамм белка																				
Всего: 104,986 : 10 = 10,499 грамм жира																				
Всего: 457,262 : 10 = 45,726 грамм углеводов																				

Экономист по ценам:
Технолог

Примечание:
12 - сб.рецептур блюд и кул.изделий для ПОП 1994г
21 - сб.рецептур блюд и кул.изд. для ПОП при общеобр. школ 2004г.
25 - Технико-технологическая карта №