

283	Хлеб ржаной	40	40	2,3	0,3	14,8		71,4	0,1					0,8	6,3	30,5	6,7	1,4
Итого				39,35	15,14	84,98		642,18	0,82	0,89	48,19	0,05	1,31	270,8	401,93	44,55	3,98	
День: 10																		
Неделя: вторая																		
Сезон: осенне - зимний																		
Возрастная категория: с 7 до 11; с 11 до 18																		
15	Салат витаминный	60	60	1,5	4,5	10,83		88,33	0,03	0,03	6,3			34,52				0,9
39	Суп с лапшой	200	250	2,875	2,75	17,875		110,0	0,1	0,075	6,6			15,1				0,85
123	Биточки куриные	80	100	22,26	14,21	0		232,47	0,12	0,12	1,34	0	0	16,9	143,4	18,3		1,23
283	Каша кукурузная	150	180	4,194	0,612	0,594		170,28	0,049	0,028	0			10,106				1,364
124	Компот из свежих яблок	200	200	7,76	7,76	17,86		69,36	0,006	0,004	3,2			14,22	2,14	4,14		0,48
147	Хлеб пшеничный	30	30	1,84	0,64	12,56		64,33										
283	Хлеб ржаной	40	40	2,3	0,3	14,8		71,4	0,1				0,8	6,3	30,5	6,7		1,4
140	Яблоко	90		0,4	0,4	8,8		43		0,02	16,69			16,48				0,206
Итого				43,129	31,172	83,319		849,17	0,405	0,277	34,13		0,8	113,62	176,04	29,14		6,43
Итого				451,325	260,565	1091,61	7	8105,161	58,08	17,63	552,8	20,07	41,90	1707,4	1617,8	327,42		75,167

Использованная литература: Сборник технологических нормативов рецептов блюд и кулинарных изделий для образовательных учреждений под редакцией доц.Коровка Л.С., Добросердова И.И. 2004 г.
 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников под редакцией М.П.Могильного и Т.В.Тутельяна. 2005 г., 2007 г., 2011г.
 Питание детей под редакцией М.И. Снегур, З.Т. Корешкова. 1988 г.
 Организация питания под редакцией Г.И. Беленова, Т.А.Павлова. 2010 г.
 Сборник технологических нормативов рецептов блюд и кулинарных изделий для образовательных учреждений, детских домов, детских оздоровительных учреждений под редакцией А.Я. Перевалова, Л.С. Коровка., Н.В. Тапешкина., А.С. Гришина., Е.В. Кашина. 2013 г.