

23 сентября 2024 г.

Продукт (наименование, сорт, марка)	Масса порции (г)	Показатели пищевой ценности (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витаминный состав (мг)				Минеральный состав (мг)			
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	К
Меню 1-11 лет (среднестатистическое меню)													
Сыр с плесенью (камамбер)	200	1,84	12,11	2,27	74,39	0,07				11,59	18,47	16,71	0,41
Сливочное масло (75%)	100	4,31	31,20	1,24	336,62	0,09				14,49	152,17	19,34	2,39
Сыр с плесенью (24%)	200		3,44	25,90						0,30			0,03
Сливочный маргарин (растительное для выпечки)	50	1,40	9,24	0,43	78,30	0,02				4,00	14,00	4,20	0,10
Сливочное масло (75%)	50	2,16	15,60	0,62	166,56	0,13				6,25	76,09	12,68	1,56
Итого:	500	10,71	68,19	4,34	1259,87	0,28				26,63	264,66	33,73	3,99
Меню 12-17 лет (среднестатистическое меню)													
Сыр с плесенью (24%)	100	0,92	1,72	1,24	37,19	0,04				5,79	7,60	8,35	0,20
Сливочное масло (75%)	100	4,31	31,20	1,24	336,62	0,09				14,49	152,17	19,34	2,39
Сыр с плесенью (24%)	200		3,44	25,90						0,30			0,03
Сливочный маргарин (растительное для выпечки)	50	1,40	9,24	0,43	78,30	0,02				4,00	14,00	4,20	0,10
Сливочное масло (75%)	50	2,16	15,60	0,62	166,56	0,13				6,25	76,09	12,68	1,56
Итого:	500	8,89	69,40	4,57	1218,67	0,28				26,83	264,86	34,55	4,28





СОГЛАСОВАНО
Директор

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦОДП

Школа № 101 г. Алматы

23 октября 2024 г.

Циркулярное наименование блюда	Калорийность (кДж)	Пищевые вещества (г)				Жиры (г)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
		Б	Ж	У	С		А	Е	Са	Р	Мg	К		
Общая сумма (разработанные нормы)														
Итого по составу продуктов на 100 г	221	1,84	4,17	5,17	19,78	0,01	167,27			13,78	18,47	14,75	0,01	
Итого по меню школы (115,0)	130	34,27	6,20	11,30	136,42	0,06	306,78			16,44	112,33	112,24	0,06	
Сметана (20)	200			0,98	21,92					0,39			0,01	
Сливочный маргарин для выпечки (10)	30	2,47	0,30	18,50	78,00	0,14				4,00	18,50	4,22	0,10	
Сметана (20)	30	2,40	0,30	15,40	66,00	0,10				4,70	14,00	12,40	0,10	
Итого	230	27,14	6,90	12,22	149,44	0,24	372,46			27,26	144,50	140,10	0,21	
Витамины, микроэлементы (нормы)														
Итого по меню школы	115	4,24	10,22	21,17	12,76	0,06	14,48			1,24	7,64	11,00	0,02	
Сметана (20)	200			0,98	21,92					0,39			0,01	
Сливочный маргарин для выпечки (10)	30	2,47	0,30	18,50	78,00	0,14				11,50		1,90	0,10	
Сметана (20)	30	2,40	0,30	15,40	66,00	0,10				14,00		12,40	0,10	
Итого	230	5,34	10,82	35,07	165,92	0,24	14,48			16,28	17,64	13,40	0,11	

