



ИТОГО В СРЕДНЕМ НОРМЫ ПИТАНИЯ ЗА 10 ДНЕЙ

ЗАВТРАК среднее за 10д		4 044,00	4 244,00	95	101,21	183,92	267,41	529,03	562,73	4303,07	4565,93
		404,4	424,4	9,50	10,1206	18,392	26,741	52,903	56,273	430,307	456,593
	Нормы на СанПин завтрак 20% ± 5%	350	400	8,4	10,8	9,4	12	40,6	52,2	280	360
2й завтрак среднее за 10д		1088,00	1088,00	11,50	11,50	15,60	15,60	158,10	158,10	819,60	819,60
		108,8	108,80	1,15	1,15	1,56	1,56	15,81	15,81	81,96	81,96
	Нормы на СанПин 2й завтрак 5% ± 5%	100	100	2,1	2,7	2,35	3	10,15	13,5	70	90
ОБЕД среднее за 10д		6023	7045	202	260	197	253	820	971	5822	7055
		602,3	704,5	20,1527	25,9829	19,7141	25,2564	81,985	97,0548	582,231	705,483
	Нормы на СанПин обед 35% ± 5%	450	600	14,7	18,9	16,47	21	71,05	91,35	490	630
уплотненный полдник среднее за 10 дней				129,96	155,41	115,88	135,98	403,60	470,21	3181,80	3633,73
				12,996	15,541	11,588	13,5984	40,36	47,021	318,18	363,373
	Нормы по СанПин уплот. полдник 25% ± 5%			10,5	13,5	11,75	15	50,75	65,25	350	450
Итого за 10 дней				43,80	52,79	51,25	67,16	191,06	216,16	1412,68	1607,41
	Нормы по СанПин 85%+-5%			35,7-37,48	45,9-48,19	39,97-41,96	51-53,55	172,55-181,17	222,3-233,42	1190-1249,5	1530-1606,5

Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапшиной. - М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2017. - 544с.

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2010. - 544с.

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., Тутельян В.А.

СанПиН 1.2. 3685-21 " Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания".

СанПиН 2.3./2.4.3590-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения