

**Таблица 5 – Проведенные коррекции рецептур для снижения сахара, соли, жиров**

Блюдо	норма закладки грамм по классической рецептуре*	коррекция	% снижения		
<b>1. Снижение сахара</b>					
Чай с лимоном, 180	рецептура № 377/М	15	рецептура № 377/М/БМД	10	33,3
Компот из свежих яблок, 180	рецептура № 342/М	18	рецептура № 349/М/БМД	10	44,4
Компот из сухофруктов, 180 г	рецептура № 349/М	18	рецептура № 349/М/БМД	10	44,4
Кисель из плодов чёрной смородины, 180	рецептура № 350/М	18	рецептура № 350/М/БМД	15	16,7
Компот из свежих груш, 180	рецептура № 342/М	18	рецептура № 342/М/БМД	10	44,4
Чай с сахаром, 180 г	рецептура № 376М	15	рецептура № 349/М/БМД	10	33,3
<b>2. Замена молокопродуктов на соевые продукты</b>					
Соус сметанный (крем сметанный соевый), 30	рецептура № 330/М	замена сметаны на крем сметанный соевый			
<b>3. Снижение жиров</b>					
Котлеты рубленые с соусом овощным, 80/30	рецептура № 294/М	8	рецептура № 294М/БМД	4	50,0
Картофель отварной, 180	рецептура № 125/М	8	рецептура № 12М5/БМД	5	37,5
Рис отварной, 150	рецептура № 302/М	5	рецептура № 302М/БМД	4	20,0
Жаркое по-домашнему, 250	рецептура № 259/М	8	рецептура № 259М/БМД	6	25,0
Плов из отварной свинины, 240	рецептура № 312/М	8	рецептура № 312М/БМД	4	50,0
Овощи припущенные с маслом, 150	рецептура № 136/М	5	рецептура № 136/БМД	4	20,0
Птица, тушенная в соусе с овощами, 270	рецептура № 292/М	10	рецептура № 292М/БМД	8	20,0
Суп с макаронными изделиями, 220	рецептура № 156К	6,6	рецептура № 156К/БМД	4	39,4
Омлет натуральный, 140	рецептура № 210М	5	рецептура № 210М/БМД	4	20,0
Плов из птицы, 250	рецептура № 291М	12	рецептура № 291М/БМД	9	25,0
Винегрет овощной, 60	рецептура №67/М	5	рецептура №88М/СД	4	20,0
Каша гречневая рассыпчатая, 150	рецептура № 171/М	10	рецептура № 171/М/СД	4	60,0
Капуста тушенная, 150	рецептура № 321/М	5	рецептура № 321/М/СД	4	20,0
Макаронные изделия отварные, 150	рецептура №309М	10	рецептура № 309/М/БМД	6	40,0
Уха Ростовская, 220	рецептура № 151/К	4,4	рецептура № 151/К/СД	3	31,8
<b>4. Введение новых блюд для восполнения дефицита кальция</b>					
Соус шпинатный	ТТК				
Лепешка с кунжутом, 50	рецептура №590КБМД				
Булочка с маком пониженной калорийности, 50	рецептура №553КБМД				
<b>5. Снижение соли</b>					
Во всех рецептурах снижение закладки на 25 %					
*Сборник технических нормативов - Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под редакцией М.П. Могильного и В.А Тутьяна – М.: ДеЛи плюс, 2017					
Сборник технических нормативов. ФГАУ НИЦЗД Минздрава России, НИИ ГиОЗДиП - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций под редакцией член-корр. РАН, д.м.н., профессора В.Р. Кучмы – М.: Издатель Научный центр здоровья детей, 2016.					