

МЕНЮ

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
Завтрак (7 - 11 лет)						
Мороженое Витаминизированное	50	1,41	3,30	9,10	71	ТТК 1178
Салат из свежих огурцов с картофелем и зеленью	60	0,74	6,00	3,93	48,37	ТТК 1199
Гуляш из филе индейки	100	7,34	5,32	1,21	83,92	ТТК 890
Каша гречневая рассыпчатая	180	4,21	6,31	30,59	209,96	ТТК 571
Напиток Каркаде	200	0,02	0,01	9,33	35,55	ТТК 628
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого за день:	640	17,11	21,44	77,20	560,8	
Стоимость питания, руб:						166,00
Обед (7 - 11 лет)						
Мороженое Витаминизированное	50	1,41	3,30	9,10	71	ТТК 1178
Фишбол	100	10,84	5,69	7,82	227,14	ТТК 548
Пюре картофельное	200	7,16	10,10	58,01	355,97	ТТК 589
Суп картофельный с рисом с зеленью	250	7,91	15,40	28,45	165,1	ТТК 641/1
Фрикадельки	46	5,89	5,00	0,67	231,78	ТТК 2011
Соус томатный	40	0,16	0,52	1,33	10,46	ТТК 661
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	24,28	92,52	ТТК 627
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого за день:	936	37,44	40,79	152,70	1 265,97	
Стоимость питания, руб:						248,00
Льготное питание I смена (7 - 11 лет)-завтрак						
Питьевой йогурт	95	2,57	1,42	11,21	68,4	ТТК 1068
Салат из свежих огурцов с картофелем и зеленью	100	1,23	10,00	6,56	80,62	ТТК 1199
Сыр порционно	30	7,34	6,88	0	92,86	ТТК 1034
Гуляш из филе индейки	100	7,34	5,32	1,21	83,92	ТТК 890
Каша гречневая рассыпчатая	200	4,68	7,02	33,99	233,29	ТТК 571
Напиток Каркаде	200	0,02	0,01	9,33	35,55	ТТК 628
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,80	52	ТТК 604
Итого:	770	26,47	31,49	84,11	704,64	

Льготное питание I смена (7 -11 лет)-Обед					
Фишбол	100	10,84	5,69	7,82	227,14
Пюре картофельное	200	7,16	10,10	58,01	355,97
Винегрет овощной	100	1,31	10,15	9,91	132,4
Суп картофельный с рисом с зеленью	250	7,91	15,40	28,45	165,1
Фрикадельки	40	5,12	4,35	0,58	201,55
Сметана	20	0,49	2,64	0,66	28,69
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	24,28	92,52
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54
Итого:	960	36,90	49,11	152,75	1 315,37
Итого за день:	1 730	63,37	80,60	236,86	2 020,01
Стоимость питания, руб:					
Льготное питание II смена (7 -11 лет)-Обед					
Фишбол	100	10,84	5,69	7,82	227,14
Пюре картофельное	200	7,16	10,10	58,01	355,97
Винегрет овощной	100	1,31	10,15	9,91	132,4
Суп картофельный с рисом с зеленью	250	7,91	15,40	28,45	165,1
Фрикадельки	25	3,20	2,72	0,36	125,97
Сметана	20	0,49	2,64	0,66	28,69
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	24,28	92,52
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54
Итого:	945	34,98	47,48	152,53	1 239,79
Льготное питание II смена (7 -11 лет)-Полдник					
Питьевой йогурт	95	2,57	1,42	11,21	68,4
Салат из свежих огурцов с картофелем и зеленью	100	1,23	10,00	6,56	80,62
Сыр порционно	30	7,34	6,88	0	92,86
Гуляш из филе индейки	100	7,34	5,32	1,21	83,92
Каша гречневая рассыпчатая	200	4,68	7,02	33,99	233,29
Напиток Каркаде	200	0,02	0,01	9,33	35,55
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,80	52
Итого:	770	26,47	31,49	84,11	704,64
Итого за день:	1 715	61,45	78,97	236,64	1 944,43
Стоимость питания, руб:					