

Льготное питание I смена (7 -11 лет)-Обед						
Биточки Чикен топ	100	15,02	13,60	53,99	366,16	ТТК 5
Капуста тушеная	200	8,22	10,50	20,83	228,5	ТТК
Овощная нарезка (огурцы, морковь)	100	0,99	0,09	5,82	24,73	ТТК
Говядина отварная для I блюд	30	4,09	2,92	0,25	43,25	ТТК
Рассольник Ленинградский с зеленью	210	1,10	3,86	9,38	92,36	ТТК 6
Сметана	10	0,24	1,32	0,33	14,34	ТТК
Напиток Грушенька	200	0,02	0,01	9,68	36,82	ТТК
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК
Итого:	900	33,07	32,80	123,32	918,16	
Итого за день:	1 550	53,76	64,74	219,05	1 631,03	
Стоимость питания, руб:						414,
Льготное питание II смена (7 -11 лет)-Обед						
Биточки Чикен топ	100	15,02	13,60	53,99	366,16	ТТК 53
Капуста тушеная	200	8,22	10,50	20,83	228,5	ТТК 5
Овощная нарезка (огурцы, морковь)	100	0,99	0,09	5,82	24,73	ТТК 6
Говядина отварная для I блюд	25	3,41	2,43	0,21	36,04	ТТК 6
Рассольник Ленинградский с зеленью	210	1,10	3,86	9,38	92,36	ТТК 63
Сметана	10	0,24	1,32	0,33	14,34	ТТК 6
Напиток Грушенька	200	0,02	0,01	9,68	36,82	ТТК 6
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 6
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 6
Итого:	895	32,39	32,31	123,28	910,95	
Льготное питание II смена (7 -11 лет)-Полдник						
Мороженое Витаминизированное	50	1,41	3,30	9,10	71	ТТК 11
Салат из свежих огурцов с картофелем и зелен	100	1,23	10,00	6,56	80,62	ТТК 11
Плов из индейки	250	14,62	18,14	47,68	413,81	ТТК 5
Напиток Каркаде	200	0,04	0	9,35	35,44	ТТК 6
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 6
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 6
Итого:	650	20,69	31,94	95,73	712,87	
Итого за день:	1 545	53,08	64,25	219,01	1 623,82	
Стоимость питания, руб:						414,0

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецепта
		белки	жиры	углеводы		
Завтрак (7 - 11 лет)						
Питьевой йогурт	95	2,57	1,42	11,21	68,4	ТТК 106
Салат из свежих огурцов с картофелем и зеленью	75	0,92	7,50	4,92	60,47	ТТК 119
Плов из индейки	250	14,62	18,14	47,68	413,81	ТТК 52
Напиток Каркаде	200	0,04	0	9,35	35,44	ТТК 62
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 60
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 60
Итого за день:	670	21,54	27,56	96,20	690,12	
Стоимость питания, руб:						166,00
Обед (7 - 11 лет)						
Питьевой йогурт	95	2,57	1,42	11,21	68,4	ТТК 106
Биточки Чикен топ	100	15,02	13,60	53,99	366,16	ТТК 538
Капуста тушеная	200	8,22	10,50	20,83	228,5	ТТК 58
Овощная нарезка (огурцы, морковь)	100	0,99	0,09	5,82	24,73	ТТК 67
Говядина отварная для I блюд	25	3,41	2,43	0,21	36,04	ТТК 63
Рассольник Ленинградский с зеленью	230	1,21	4,23	10,28	101,15	ТТК 638
Напиток Грушенька	200	0,02	0,01	9,68	36,82	ТТК 62
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 60
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 60
Итого за день:	1 000	34,83	32,78	135,06	973,8	
Стоимость питания, руб:						248,00
Льготное питание I смена (7 - 11 лет)-Завтрак						
Мороженое Витаминизированное	50	1,41	3,30	9,10	71	ТТК 117
Салат из свежих огурцов с картофелем и зеленью	100	1,23	10,00	6,56	80,62	ТТК 119
Плов из индейки	250	14,62	18,14	47,68	413,81	ТТК 52
Напиток Каркаде	200	0,04	0	9,35	35,44	ТТК 62
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 60
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 60
Итого:	650	20,69	31,94	95,73	712,87	