

МЕНЮ

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
Салат из свежих огурцов с картофелем и зеленью	75	0,92	7,50	4,92	60,47	ТТК
Печень тушеная в томатном соусе	100	12,75	3,75	2,62	94,13	ТТК
Рис припущенный	160	3,73	4,06	39,10	208	С6.200
Напиток Каркаде	180	0,02	0,01	8,40	32	ТТК
Яблоко	130	0,52	0,52	15,08	63,28	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 за день:	790	23,90	17,76	104,37	638,28	
Стоимость питания, руб:						16
Обед (7 - 11 лет)						
Питьевой йогурт	95	2,57	1,42	11,21	68,4	ТТК
Биточки Чикен топ	100	15,02	13,60	53,99	366,16	ТТК
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 1 блюда	25	3,41	2,43	0,21	36,04	ТТК
Рассольник Ленинградский с зеленью	200	1,05	3,68	8,94	87,96	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 за день:	970	34,67	32,23	133,72	960,61	
Стоимость питания, руб:						2
Льготное питание I смена (7 - 11 лет)-завтрак						
Мороженое Витаминизированное	45	1,27	2,97	8,19	63,9	ТТК
Салат из свежих огурцов с картофелем и зеленью	100	1,23	10,00	6,56	80,62	ТТК
Печень тушеная в томатном соусе	100	12,75	3,75	2,62	94,13	ТТК
Рис припущенный	180	4,19	4,57	43,99	234	С6.200
Напиток Каркаде	200	0,02	0,01	9,33	35,55	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:	675	22,85	21,80	93,73	620,2	