

Наименование блюд		Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность
			белки	жиры	углеводы	
Завтрак (7 - 11 лет)						
Завтрак	Тефтели "Детские"	100	14,9	15,81	5,27	256
Завтрак	Каша перловая рассыпчатая	180	2,43	2,21	39,47	190,87
Завтрак	Чай зеленый с сахаром	200			9,08	24,51
Завтрак	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Завтрак	Помидор свежий дольками	80	0,86	0,16	4,08	20,33
Завтрак	Пюре фруктовое Фрумка	90			11,73	46,91
Итого:		675	19,91	18,43	81,64	596,62
Стоимость питания, руб:						
Обед (7 -11 лет)						
Обед	Борщ со свежей капустой и картофелем	225	4,95	5,34	14,43	118,62
Обед	Зелень свежая (укроп, петрушка)	1	0,03		0,09	0,44
Обед	Говядина отварная для I блюд	20	3,82	1,95	0,12	33,28
Обед	Сметана	20	0,49	2,64	0,66	28,69
Обед	Биточек "Нежный"	100	12,01	8,51	14,5	216,86
Обед	Картофель, запеченный из отварного	180	3,76	5,45	36,83	197,8
Обед	Помидор свежий дольками	50	0,54	0,1	2,55	12,71
Обед	Напиток фруктовый Витаминка	200	0,43	0,09	8,85	37,15
Обед	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Обед	Апельсин	165	1,49	0,33	16,95	46,86
Итого:		1 011	30,9	24,9	118,01	804,4
Стоимость питания, руб:						
Льготное питание (7 -11 лет)						
Завтрак	Тефтели "Детские"	100	14,9	15,81	5,27	256
Завтрак	Пюре фруктовое Фрумка	90			11,73	46,91
Завтрак	Каша перловая рассыпчатая	160	2,16	1,96	35,08	169,66
Завтрак	Чай зеленый с сахаром	200			9,08	24,51
Завтрак	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Итого:		575	18,78	18,02	73,17	555,09
Обед	Помидор свежий дольками	50	0,54	0,1	2,55	12,71
Обед	Борщ со свежей капустой и картофелем	250	5,5	5,93	16,03	131,8
Обед	Говядина отварная для I блюд	25	4,78	2,43	0,15	41,6
Обед	Зелень свежая (укроп, петрушка)	1	0,03		0,09	0,44
Обед	Сметана	20	0,49	2,64	0,66	28,69
Обед	Биточек "Нежный"	100	12,01	8,51	14,5	216,86
Обед	Картофель, запеченный из отварного	180	3,76	5,45	36,83	197,8
Обед	Напиток фруктовый Витаминка	200	0,43	0,09	8,85	37,15
Обед	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Обед	Апельсин	165	1,49	0,33	16,95	46,86
Итого:		1 041	32,4	25,98	119,61	925,0

Льготное питание (7 -11 лет)							
Обед	Помидор свежий дольками	50	0,54	0,1	2,55	12,71	ТТК 676
Обед	Борщ со свежей капустой и картофелем	250	5,5	5,93	16,03	131,8	ТТК 637
Обед	Зелень свежая (укроп, петрушка)	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Обед	Говядина отварная для I блюд	25	4,78	2,43	0,15	41,6	ТТК 631
Обед	Сметана	20	0,49	2,64	0,66	28,69	ТТК 664
Обед	Биточек "Нежный"	100	12,01	8,51	14,5	216,86	ТТК 1387
Обед	Картофель, запеченный из отварного	180	3,76	5,45	36,83	197,8	ТТК 586
Обед	Напиток фруктовый Витаминка	200	0,43	0,09	8,85	37,15	ТТК 629
Обед	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Обед	Апельсин	165	1,49	0,33	16,95	46,86	ТТК 1032
	Итого:	1 041	32,4	25,98	119,64	825,9	
Полдник	Тефтели "Детские"	100	14,9	15,81	5,27	256	ТТК 547
Полдник	Пюре фруктовое Фрумка	90			11,73	46,91	
Полдник	Каша перловая рассыпчатая	160	2,16	1,96	35,08	169,66	ТТК 574
Полдник	Чай зеленый с сахаром	200			9,08	24,51	ТТК 613
Полдник	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
	Итого:	575	18,78	18,02	73,17	555,09	