

Наименование блюд		Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	М рецепт
			белки	жиры	углеводы		
Завтрак (7 - 11 лет)							
Завтрак	Помидор свежий дольками						
Завтрак	Колбаса отварная	65	0,7	0,13	3,32	16,52	ТТК
Завтрак	Макаронные изделия отварные цветные	100	4,86	11,1		189,34	ТТК
Завтрак	Чай с сахаром	185	3,46	2,79	34,35	165,25	ТТК
Завтрак	Сыр порционнно	200	0,19	0,04	7,22	29,01	ТТК
Завтрак	Хлеб пшеничный из муки в/с	20	2,89	4,32		41,91	ТТК
Завтрак	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК
	Итого:	620	15,49	18,88	11,03	54	ТТК
Стоимость питания, руб:						554,02	
Обед (7 -11 лет)							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем (с томатом)	250	3,7	8,27	25,88	141,36	ТТК
Обед	Зелень свежая (укроп, петрушка)	1	0,03		0,09	0,44	ТТК
Обед	Говядина отварная для I блюд	15	2,87	1,46	0,09	24,96	ТТК
Обед	Сметана	18	0,44	2,38	0,59	25,82	ТТК
Обед	Плов из индейки	250	16,48	16,33	3,43	226,6	ТТК
Обед	Огурцы консервированные	55		0,22	3,06	6,16	ТТК
Обед	Компот из смеси сухофруктов (вит.50)	200	0,49	0,03	21,64	85,56	ТТК
Обед	Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,8	52	ТТК
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК
Обед	Груша	110	0,44	0,33	11,21	55,76	ТТК
	Итого:	944	27,73	29,85	87,81	676,66	
Стоимость питания, руб:							230,
Льготное питание (7 -11 лет)							
Завтрак	Помидор свежий дольками	65	0,7	0,13	3,32	16,52	ТТК
Завтрак	Колбаса отварная	100	4,86	11,1		189,34	ТТК
Завтрак	Макаронные изделия отварные цветные	200	3,74	3,01	37,13	178,64	ТТК
Завтрак	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	29,01	ТТК
Завтрак	Сыр порционнно	25	3,61	5,4		52,39	ТТК
Завтрак	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК
Завтрак	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК
	Итого:	640	16,5	20,19	70,71	577,9	
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем (с томатом)	250	3,7	8,27	25,88	141,36	ТТК
Обед	Зелень свежая (укроп, петрушка)	1	0,03		0,09	0,44	ТТК
Обед	Говядина отварная для I блюд	25	4,78	2,43	0,15	41,6	ТТК
Обед	Сметана	23	0,56	3,04	0,75	32,99	ТТК
Обед	Плов из индейки	250	16,48	16,33	3,43	226,6	ТТК
Обед	Огурцы консервированные	60		0,24	3,34	6,72	ТТК
Обед	Компот из смеси сухофруктов (вит.50)	200	0,49	0,03	21,64	85,56	ТТК
Обед	Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,8	52	ТТК
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК
Обед	Груша	110	0,44	0,33	11,21	55,76	ТТК

Льготное питание (7 -11 лет)

Обед	Щи из свежей капусты с картофелем (с томатом)	250	3,7	8,27	25,88	141,36
Обед	Зелень свежая (укроп, петрушка)	1	0,03		0,09	0,44
Обед	Говядина отварная для I блюд	25	4,78	2,43	0,15	41,6
Обед	Сметана	23	0,56	3,04	0,75	32,99
Обед	Плов из индейки	250	12,57	16,03	43,26	384,86
Обед	Огурцы консервированные	60		0,24	3,34	6,72
Обед	Компот из смеси сухофруктов (вит.50)	200	0,49	0,03	21,64	85,56
Обед	Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,8	52
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Обед	Груша	110	0,44	0,33	11,21	55,76
	Итого:	964	25,85	31,21	128,14	859,29
Полдник	Помидор свежий дольками	65	0,7	0,13	3,32	16,52
Полдник	Колбаса отварная	100	4,86	11,1		189,34
Полдник	Макаронные изделия отварные цветные	200	3,74	3,01	37,13	178,64
Полдник	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	29,01
Полдник	Сыр порционно	25	3,61	5,4		52,39
Полдник	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54
Полдник	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
	Итого:	640	16,5	20,19	70,71	577,9