

Обед	Винегрет овощной	100	0,95	7,38	7,21	96,29
Обед	Рассольник Ленинградский	250	1,32	6,21	7,17	92,46
Обед	Зелень свежая (укроп, петрушка)	1	0,03		0,09	0,44
Обед	Сметана	30	0,73	3,96	0,98	43,03
Обед	Говядина отварная для I блюд	16	3,06	1,56	0,1	26,62
Обед	Котлеты "Белорусские"	100	6,48	7,9	5,27	105,89
Обед	Горошница	200	4,83	3,43	33,23	210,4
Обед	Компот из свежих яблок (вит.50)	200	0,08	0,07	11,19	43,24
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	Яблоко	130	0,52	0,01	15,02	30,15
Обед	Фруктовые пастилки (ролл)	15	0,67	0,07	55,33	226,67
Итого:		1 092	22,04	31,09	158,62	987,19

Стоимость питания, руб:

**Льготное питание ( 7 -11 лет)**

Обед	Винегрет овощной	100	0,95	7,38	7,21	96,29
Обед	Рассольник Ленинградский	250	1,32	6,21	7,17	92,46
Обед	Зелень свежая (укроп, петрушка)	1	0,03		0,09	0,44
Обед	Сметана	30	0,73	3,96	0,98	43,03
Обед	Говядина отварная для I блюд	16	3,06	1,56	0,1	26,62
Обед	Котлеты "Белорусские"	100	6,48	7,9	5,27	105,89
Обед	Горошница	200	4,83	3,43	33,23	210,4
Обед	Компот из свежих яблок (вит.50)	200	0,08	0,07	11,19	43,24
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	Яблоко	130	0,52	0,01	15,02	30,15
Обед	Фруктовые пастилки (ролл)	15	0,67	0,07	55,33	226,67
Итого:		1 092	22,04	31,09	158,62	987,19

Полдник	Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	60	1,21	0,18	5,34	25,82
Полдник	Фишбол	100	8,51	9,38	2,8	15,89
Полдник	Рис цветной	180	2,83	1,26	28,74	10,89
Полдник	Чай с лимоном	200	0,23	0,39	7,09	1,15
Полдник	Чай с лимоном	50	1,1	5,83	13,32	1,15
Полдник	Печенье "Кексика шоколадные"	25	1,67	0,25	11,03	1,15
Полдник	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,72	0,25	12,01	1,15
Полдник	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	1,15
Итого:		640	17,27	17,53	80,34	5,89

Наименование блюд		Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецепта
			белки	жиры	углеводы		
<b>Завтрак (7 - 11 лет)</b>							
Завтрак	Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	30	0,6	0,09	2,67	12,99	ТТК
Завтрак	Фишбол	100	8,51	9,38	2,8	153,74	ТТ
Завтрак	Рис цветной	185	2,91	1,3	29,54	109,47	ТТ
Завтрак	Чай с лимоном	200	0,23	0,39	7,09	27,8	ТТ
Завтрак	Печенье "Кексика шоколадные"	50	1,1	5,83	13,32	101,15	ТТ
Завтрак	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТ
Завтрак	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	Т
Завтрак	Фруктовые пастилки (ролл)	15	0,67	0,07	55,33	226,67	
Итого:		630	17,41	17,55	133,79	743,81	
Стоимость питания, руб:							
<b>Обед (7 -11 лет)</b>							
Обед	Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	100	2,01	0,3	8,91	43,29	Т
Обед	Рассольник Ленинградский	250	1,32	6,21	7,17	92,46	
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	30	0,73	3,96	0,98	43,03	
Обед	Котлеты "Белорусские"	100	6,48	7,9	5,27	105,89	
Обед	Горошница	150	3,62	2,57	24,92	157,8	
Обед	Компот из свежих яблок (вит.50)	200	0,08	0,07	11,19	43,24	Т
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	Фруктовые пастилки (ролл)	15	0,67	0,07	55,33	226,67	
Итого:		916	22,14	23,53	137,03	858,1	
Стоимость питания, руб:							
<b>Льготное питание (7 -11 лет)</b>							
Завтрак	Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	60	1,21	0,18	5,34	25,97	
Завтрак	Фишбол	100	8,51	9,38	2,8	153,74	
Завтрак	Рис цветной	180	2,83	1,26	28,74	106,51	
Завтрак	Чай с лимоном	50	1,1	5,83	13,32	101,15	
Завтрак	Печенье "Кексика шоколадные"	200	0,23	0,39	7,09	27,8	
Завтрак	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	
Завтрак	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	
Итого:		640	17,27	17,53	80,34	527,17	