

Наименование блюд		Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	М рецен	
			белки	жиры	углеводы			
Завтрак (7 - 11 лет)								
Завтрак	Пельмени отварные	180	14,31	14,94	35,64	278,46	ТТК	
Завтрак	Чай зеленый с сахаром	200			9,08	24,51	ТТК	
Завтрак	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК	
Завтрак	Пюре фруктовое Фрумка	90			11,73	46,91		
Завтрак	Огурец свежий	50	0,39	0,05	1,72	7,81	ТТК	
Итого:		545	16,42	15,24	70,18	415,69		
Стоимость питания, руб:							172	
Обед (7 -11 лет)								
Обед	Борщ со свежей капустой и картофелем	250	5,5	5,93	16,03	131,8	ТТК	
Обед	Зелень	2	0,06	0,01	0,17	0,88	ТТК	
Обед	Говядина отварная для I блюд	10	1,91	0,97	0,06	16,64	ТТК	
Обед	Сметана	18	0,44	2,38	0,59	25,82	ТТК	
Обед	Биточек "Нежный"	100	9,35	45,5	8,37	480,35	ТТК	
Обед	Картофель, запеченный из отварного	200	4,17	6,06	40,92	219,78	ТТК	
Обед	Помидор свежий дольками	60	0,65	0,12	3,06	15,25	ТТК	
Обед	Напиток фруктовый Витаминка	200	0,43	0,09	8,85	37,15	ТТК	
Обед	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК	
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК	
Обед	Апельсин	150	1,35	0,3	15,41	42,6	ТТК	
Итого:		1 040	27,25	61,84	116,51	1 082,27		
Стоимость питания, руб:							258,	
Льготное питание (7 -11 лет)								
Завтрак	Огурец свежий	85	0,67	0,08	2,92	13,27	ТТК	
Завтрак	Пельмени отварные	180	14,31	14,94	35,64	278,46	ТТК	
Завтрак	Чай зеленый с сахаром	200			9,08	24,51	ТТК	
Завтрак	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК	
Завтрак	Пюре фруктовое Фрумка	90			11,73	46,91		
Итого:		580	16,7	15,27	71,38	421,15		
Обед	Помидор свежий дольками	50	0,54	0,1	2,55	12,71	ТТК	
Обед	Борщ со свежей капустой и картофелем	200	4,4	4,74	12,82	105,44	ТТК	
Обед	Говядина отварная для I блюд	10	1,91	0,97	0,06	16,64	ТТК	
Обед	Зелень	1	0,03		0,09	0,44	ТТК	
Обед	Сметана	10	0,24	1,32	0,33	14,34	ТТК	
Обед	Биточек "Нежный"	100	9,35	45,5	8,37	480,35	ТТК	
Обед	Картофель, запеченный из отварного	180	3,76	5,45	36,83	197,8	ТТК	
Обед	Напиток фруктовый Витаминка	200	0,43	0,09	8,85	37,15	ТТК	
Обед	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК	
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК	
Обед	Апельсин	150	1,35	0,3	15,41	42,6	ТТК	
Итого:		951	25,4	58,97	108,35	1 019,47		

Льготное питание (7 -11 лет)

Обед	Помидор свежий дольками	50	0,54	0,1	2,55	12,7
Обед	Борщ со свежей капустой и картофелем	200	4,4	4,74	12,82	105,4
Обед	Зелень	1	0,03		0,09	0,44
Обед	Говядина отварная для I блюд	10	1,91	0,97	0,06	16,64
Обед	Сметана	10	0,24	1,32	0,33	14,34
Обед	Биточек "Нежный"	100	9,35	45,5	8,37	480,35
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	150	1,35	0,3	15,41	42,6
	Итого:	951	25,4	58,97	108,35	1 019,47
Полдник	Огурец свежий	85	0,67	0,08	2,92	13,27
Полдник	Пельмени отварные	180	14,31	14,94	35,64	278,46
Полдник	Чай зеленый с сахаром	200			9,08	24,51
Полдник	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Полдник	Пюре фруктовое Фрумка	90			11,73	46,91
	Итого:	580	16,7	15,27	71,38	421,15
Стоимость питания, руб:						