

Льготное питание I смена (7 -11 лет)-Обед						
Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	100	0,89	0,13	3,96	19,24	ТТК 674
Говядина отварная для I блюд	15	2,04	1,46	0,12	21,62	ТТК 631
Щи из свежей капусты с картофелем с зеленью	250	9,64	9,04	28,02	230,52	ТТК 642/1
Рыба, тушеная в томате с овощами	100	9,50	11,03	3,35	153,69	ТТК 566/1
Сметана	15	0,37	1,98	0,49	21,51	ТТК 664
Рис припущенный	180	2,47	4,86	43,99	229,35	ТТК 582
Напиток Мишутка	180	0,48	0,10	13,17	53,87	ТТК 1031
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Хлеб "Прибрежный", обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ТТК 607
Итого:	895	29,32	29,44	120,49	862,8	
Итого за день:	1 640	56,71	65,15	261,78	1 845,29	414,00
Стоимость питания, руб:						
Льготное питание II смена (7 -11 лет)-Обед						
Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	100	0,89	0,13	3,96	19,24	ТТК 674
Говядина отварная для I блюд	15	2,04	1,46	0,12	21,62	ТТК 631
Щи из свежей капусты с картофелем с зеленью	250	9,64	9,04	28,02	230,52	ТТК 642/1
Рыба, тушеная в томате с овощами	100	9,50	11,03	3,35	153,69	ТТК 566/1
Сметана	15	0,37	1,98	0,49	21,51	ТТК 664
Рис припущенный	180	2,47	4,86	43,99	229,35	ТТК 582
Напиток Мишутка	180	0,48	0,10	13,17	53,87	ТТК 1031
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Хлеб "Прибрежный", обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ТТК 607
Итого:	895	29,32	29,44	120,49	862,8	
Льготное питание II смена (7 -11 лет)-Полдник						
Каша молочная из смеси зерновых хлопьев	200	7,75	4,58	25,83	173,47	ТТК 506
Творожник с кокосом	120	11,23	18,69	36,67	358,47	ТТК 514
Молоко сгущенное	20	1,44	1,70	11,10	63,48	ТТК 662
Какао с молоком	200	1,06	0,85	9,00	50,16	ТТК 610
Груша	130	0,52	0,39	17,03	65,9	ТТК 665
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Печенье Злаковое	50	3,67	9,25	29,65	213,01	ТТК 1050
Итого:	745	27,39	35,71	141,29	982,49	
Итого за день:	1 640	56,71	65,15	261,78	1 845,29	414,00

МЕНЮ

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ ре
		белки	жиры	углеводы		
Завтрак (7 - 11 лет)						
Каша молочная из смеси зерновых хлопьев	150	5,81	3,43	19,37	130,11	Т
Творожник с кокосом	110	10,29	17,14	33,61	328,6	Т
Масло сливочное	7	0,06	5,08	0,09	46,24	Т
Молоко сгущенное	10	0,72	0,85	5,55	31,74	Т
Какао с молоком	180	0,95	0,77	8,10	45,14	Т
Груша	130	0,52	0,39	17,03	65,9	Т
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	Т
Итого за день:	612	20,07	27,91	95,76	705,73	
Стоимость питания, руб:						1
Обед (7 - 11 лет)						
Говядина отварная для I блюд	25	3,41	2,43	0,21	36,04	Т
Щи из свежей капусты с картофелем с зеленью	200	7,71	7,23	22,42	184,42	ТТ
Рыба, тушеная в томате с овощами	100	9,50	11,03	3,35	153,69	ТТ
Сметана	30	0,73	3,96	0,98	43,03	Т
Рис припущенный	190	2,60	5,13	46,43	242,09	Т
Напиток Мишутка	180	0,48	0,10	13,17	53,87	ТТ
Груша	130	0,52	0,39	17,03	65,9	Т
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	Т
Хлеб "Прибрежный", обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	Т
Итого за день:	910	28,88	31,11	130,98	912,04	
Стоимость питания, руб:						2
Льготное питание I смена (7 - 11 лет)-завтрак						
Каша молочная из смеси зерновых хлопьев	200	7,75	4,58	25,83	173,47	Т
Творожник с кокосом	120	11,23	18,69	36,67	358,47	Т
Молоко сгущенное	20	1,44	1,70	11,10	63,48	Т
Какао с молоком	200	1,06	0,85	9,00	50,16	Т
Груша	130	0,52	0,39	17,03	65,9	Т
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	Т
Печенье Злаковое	50	3,67	9,25	29,65	213,01	Т
Итого:	745	27,39	35,71	141,29	982,49	