



сознаю
группу "КОН. Урожайный миссия"
Александр Н. В. Александр
11-11-11 лет

Ежедневное 10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 7-11 лет

7 Вариант

Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
Суп молочный с макаронными изделиями ТТК №85	250	8,2	7,3	24,7	187,7	ТТК №85		
Бутерброд с повидлом ТТК №127	40/10/50	4,7	7,3	51,1	277,3	ТТК №127		
Чай с молоком и с сахаром ТТК №303	200	2,7	1,4	12,4	66,9	ТТК №303		
Итого за прием пищи:	505	15,6	16,0	88,2	531,9			
Обед								
Калупа кашечная ТТК №3	60	0,9	0,1	5,1	24,4	ТТК №3		
Щи из свежей калупы с картофелем ТТК №47	200	1,6	3,0	8,0	70,4	ТТК №47		
Котлеты рубленные из птицы ТТК №62	90	12,6	14,6	14,4	232,6	ТТК №62		
Каша рисовая с овощами ТТК №180	150	7,6	7,7	35,6	224,7	ТТК №180		
Компот из свежих плодов ТТК №52	200	0,1	0,1	14,2	59,2	ТТК №52		
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6		
Хлеб пеклеваный	70	4,5	0,6	28,8	138,5	ТТК № 7		
Итого за прием пищи:	850	31,0	26,4	130,4	864,6			
Всего за день:		46,6	42,4	218,6	1 396,5			

Зав. производством