



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

Adesso bene

Specimen 1009 Specimen 1009

W. B. Leonard

24 05.2024

24 03

2009 году исполнилось 7-11 лет

Прием пищи, наименование блюда		10 Вариант				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
Масса порции	Пищевые вещества			Углеводы, г				
	Белки, г	Жиры, г						
Завтрак								
Каша овсяная молочная вилка ТТК №101	200	9,6	9,0	37,8	267,4	ТТК №101		
Булгурод с сыром ТТК №380	30/10/10	4,7	5,1	17,1	149,9	ТТК №380		
Кисель из апельсинов №644	200	0,4	0,1	33,2	138,0	644	2004	
Фрукты свежие (яблоко) №338	650	0,8	0,8	19,0	91,2	338	2011	
Итого за прием пищи:		15,5	15,0	107,1	646,5			
Обед								
Карпуста mashed ТТК №3	60							
Щи из свежей капусты с картофелем ТТК №47	200	0,9	0,1	5,1	24,4	ТТК №3		
Фрикадельки мясные в соусе ТТК №60	90/30	1,6	3,0	8,0	70,4	ТТК №47		
Картофель отварной с р/м ТТК №135	150	16,5	19,5	17,4	281,5	ТТК №60		
Хлеб пшеничный	200	3,8	6,3	24,6	149,2	ТТК №135		
Хлеб пеклепанный	50	0,1	0,1	14,2	59,2	ТТК №52		
Итого за прием пищи:	70	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6		
Всего за день:	850	4,5	0,6	28,8	138,5	ТТК № 7		
Зав. производством		31,1	29,9	122,4	838,0			
		46,6	44,9	229,5	1 484,5			