



Prepared by W.D. Johnson

December 17, 1899

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

28.01.2025

### 7 Варіант

| Прием пищи, наименование блюда               | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборные рецептур |
|----------------------------------------------|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                                              |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |              |                  |
| <b>Завтрак</b>                               |              |                  |             |              |                               |              |                  |
| 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     |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                  | <b>505</b>   | <b>15,6</b>      | <b>16,0</b> | <b>88,2</b>  | <b>531,9</b>                  |              |                  |
| <b>Обед</b>                                  |              |                  |             |              |                               |              |                  |
| Капуста квашеная ТТК №3                      | 60           | 0,9              | 0,1         | 5,1          | 24,4                          | ТТК №3       |                  |
| Щи из свежей капусты с картофелем ТТК №47    | 200          | 1,6              | 3,0         | 8,0          | 70,4                          | ТТК №47      |                  |
| Котлеты рубленые 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      |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                  | <b>850</b>   | <b>31,0</b>      | <b>26,4</b> | <b>130,4</b> | <b>864,6</b>                  |              |                  |
| <b>Всего за день:</b>                        |              | <b>46,6</b>      | <b>42,4</b> | <b>218,6</b> | <b>1 396,5</b>                |              |                  |

Зав. производством