

МЕНЮ

на 11 декабря 2023г.



8 день Прием пищи, наименование блюда 7-11 лет	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)					
Яйцо вареное вкрутую	1шт	5,5	5,0	0,3	Сборные рецепты или ТТК
Каша вязкая молочная из риса и пшени	200	5,5	7,7	34,7	Сборные рецепты или ТТК
Дружба с маслом	200	2,3	1,3	25,9	Сборные рецепты или ТТК
Кофейный напиток на молоке	60	4,5	0,4	29,2	Сборные рецепты или ТТК
Хлеб пшеничный	50	17,8	14,4	90,1	559,5
Итого за прием пищи:					
Обед (2х, 5-ти разовое)					
Овощи по сезону (огурец свежий, огурец соленый, капуста квашеная, свекла отварная, помидор свежий, помидор соленый, морковь отварная и т.д.)	60	0,9	0,1	5,3	25,7
Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,6	3,3	15,2	107,9
Тефтели (1-й вариант) с соусом	90/30	8,6	11,7	17,3	208,9
Макаронные изделия отварные (рожки)	150	5,5	4,3	34,0	196,8
Кисель из повидла	200	0,1	0,0	28,2	110,3
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пеклеваный	70	4,5	0,6	28,8	138,5
Итого за прием пищи:	850	27,9	20,3	153,1	902,9
Полдник (5-ти разовое)					
Ватрушка с повидлом	100	6,4	2,9	62,8	303,2
Сок фруктовый	200	0,6	0,0	32,0	131,9
Итого за прием пищи:	300	7,0	2,9	94,8	435,1
Ужин (5-ти разовое)					
Вареники ленивые отварные	200	31,5	15,6	31,0	397,5
Соус молочный (сладкий)	50	0,9	2,2	6,7	50,8
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	200	0,2	0,0	15,0	60,5
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Итого за прием пищи:	500	36,3	18,1	77,0	623,6
Ужин 2 (5-ти разовое)					
Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,0	4,4	7,0	92,5
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7
Сахар порция	5	0,0	0,0	4,9	19,4
Итого за прием пищи:	215	7,3	5,3	26,9	189,6
Всего за день:		92,2	78,9	408,3	2 591,6

Директор ООО "Славия":



8 день Прием пищи, наименование блюда 12-16 лет	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)					
Яйцо вареное вкрутую	1шт	5,4	4,9	0,3	Сборные рецепты или ТТК
Каша вязкая молочная из риса и пшени	250	6,9	9,6	43,2	287,0
Дружба с маслом	200	2,3	1,3	25,9	123,5
Кофейный напиток на молоке	70	5,1	0,4	34,0	149,8
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Итого за прием пищи:	565	19,7	16,2	103,4	638,4
Обед (2х, 5-ти разовое)					
Овощи по сезону (огурец свежий, огурец соленый, капуста квашеная, свекла отварная, помидор свежий, помидор соленый, морковь отварная и т.д.)	100	1,6	0,1	8,9	42,8
Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,7	4,0	18,9	134,9
Тефтели (1-й вариант) с соусом	100/30	11,6	15,2	19,2	224,6
Макаронные изделия отварные (рожки)	200	7,5	5,9	45,2	262,6
Кисель из повидла	200	0,1	0,0	28,2	110,3
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пеклеваный	70	4,5	0,6	28,8	138,5
Итого за прием пищи:	1000	34,7	26,1	173,5	1 028,5
Полдник (5-ти разовое)					
Ватрушка с повидлом	150	9,3	4,4	94,5	455,2
Сок фруктовый	200	0,6	0,0	32,0	131,9
Итого за прием пищи:	350	9,9	4,4	126,5	587,1
Ужин (5-ти разовое)					
Вареники ленивые отварные	250	39,4	19,4	38,7	497,2
Соус молочный (сладкий)	50	0,9	2,2	6,7	50,8
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	200	0,2	0,0	15,0	60,5
Хлеб пшеничный	100	7,4	0,6	48,7	229,7
Итого за прием пищи:	600	47,9	22,2	109,1	838,2
Ужин 2 (5-ти разовое)					
Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,0	4,4	7,0	92,5
Сахар порция	5	0,0	0,0	4,9	19,4
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7
Итого за прием пищи:	215	7,3	5,3	26,9	189,6
Всего за день:		113,4	91,9	495,6	3 124,8

Зав. Производствам:

МЕНЮ

на 12 декабря 2023г.

9 день Прием пищи, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)						
Суп молочный с макаронными изделиями	300	6,9	5,7	25,2	180,8	Сборник рецептов или ТТК
Бутерброд с повидлом	30/5/20	2,3	3,7	27,3	149,5	Сборник рецептов или ТТК
Какао с молоком	200	3,8	3,0	24,5	141,1	Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	555	13,0	12,4	77,0	471,4	
Обед (2х, 5-ти разовое)						
Овощи по сезону (огурец свежий, огурец соленый, капуста квашеная, свекла отварная, помидор свежий, помидор соленый, морковь отварная и т.д.)	100	1,6	0,1	8,9	42,8	
Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,7	3,7	8,7	75,7	Сборник рецептов или ТТК
Фрикадельки мясные в соусе	100/30	17,9	20,0	19,3	296,5	Сборник рецептов или ТТК
Рис отварной	180	4,5	13,5	46,8	327,3	Сборник рецептов или ТТК
Компот из свежих плодов	200	0,1	0,1	14,2	59,2	Сборник рецептов или ТТК
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	
Хлеб пеклеваный	70	4,5	0,6	28,8	138,5	
Итого за прием пищи:	980	34,0	38,3	151,0	1 054,8	
Полдник (5-ти разовое)						
Фрукты свежие	200	0,8	0,8	19,0	91,2	Сборник рецептов или ТТК
Компот из изюма	200	0,4	0,1	21,5	88,5	Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	400	1,2	0,9	40,5	179,7	
Ужин (5-ти разовое)						
Икра свекольная	100	2,7	7,9	14,1	139,2	Сборник рецептов или ТТК
Котлета рыбная Любительская	100	11,2	10,0	12,3	176,3	Сборник рецептов или ТТК
Картофель отварной с маслом	180	3,5	5,0	28,6	173,1	Сборник рецептов или ТТК
Напиток лимонный	200	0,1	0,0	16,7	69,5	Сборник рецептов или ТТК
Хлеб пшеничный	70	5,1	0,4	34,0	160,8	
Итого за прием пищи:	650	22,6	23,3	105,7	718,9	
Ужин 2 (5-ти разовое)						
Кисломолочный продукт (снежок)	180	4,8	4,4	18,8	137,9	Сборник рецептов или ТТК
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7	
Итого за прием пищи:	210	7,1	5,3	33,8	215,6	
Всего за день:		89,4	91,9	408,0	2 740,4	

Зав. Производствам:

9 день Прием пищи, наименование блюда 7-11 лет	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)						
Суп молочный с макаронными изделиями	250	5,6	4,8	21,0	150,7	Сборник рецептов или ТТК
Бутерброд с повидлом	30/5/20	2,3	3,7	27,3	149,5	Сборник рецептов или ТТК
Какао с молоком	200	3,8	3,0	24,5	141,1	Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	505	11,7	11,5	72,8	441,3	
Обед (2х, 5-ти разовое)						
Овощи по сезону (огурец свежий, огурец соленый, капуста квашеная, свекла отварная, помидор свежий, помидор соленый, морковь отварная и т.д.)	60	0,9	0,1	5,3	25,7	
Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,4	2,9	7,0	60,4	Сборник рецептов или ТТК
Фрикадельки мясные в соусе	90/30	8,7	19,5	17,4	281,5	Сборник рецептов или ТТК
Рис отварной	150	3,8	12,4	38,9	283,3	Сборник рецептов или ТТК
Компот из свежих плодов	200	0,1	0,1	14,2	59,2	Сборник рецептов или ТТК
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	
Хлеб пеклеваный	70	4,5	0,6	28,8	138,5	
Итого за прием пищи:	850	23,1	35,9	135,9	963,4	
Полдник (5-ти разовое)						
Фрукты свежие	200	0,8	0,8	19,0	91,2	Сборник рецептов или ТТК
Компот из изюма	200	0,4	0,1	21,5	88,5	Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	400	1,2	0,9	40,5	179,7	
Ужин (5-ти разовое)						
Икра свекольная	60	1,7	4,9	8,5	85,2	Сборник рецептов или ТТК
Котлета рыбная Любительская	90	8,4	9,8	11,2	167,1	Сборник рецептов или ТТК
Картофель отварной с маслом	150	2,9	4,1	23,9	144,2	Сборник рецептов или ТТК
Напиток лимонный	200	0,1	0,0	16,7	69,5	Сборник рецептов или ТТК
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	29,2	137,8	
Итого за прием пищи:	560	17,6	19,2	89,5	603,8	
Ужин 2 (5-ти разовое)						
Кисломолочный продукт (снежок)	180	4,8	4,4	18,8	137,9	Сборник рецептов или ТТК
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7	
Итого за прием пищи:	210	7,1	5,3	33,8	215,6	
Всего за день:		77,7	79,0	372,5	2 403,8	

Директор ООО "Славия":





МЕНЮ

на 13 декабря 2023г.

10 день Прием пищи, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)						
Каша молочная манная жидкая с маслом	250	7,0	9,2	41,8	279,0	Сборник рецептов или ТТК
Бутерброд с сыром	30/10/10	4,6	10,5	14,7	171,4	Сборник рецептов или ТТК
Чай с сахаром и лимоном	200/15/8	0,3	0,0	15,2	63,1	Сборник рецептов или ТТК
Батон	40	3,1	1,2	20,0	103,6	
Итого за прием пищи:	563	15,0	20,9	91,7	617,1	
Обед (2х, 5-ти разовое)						
Овощи по сезону (огурец свежий, огурец соленый, капуста квашеная, свекла отварная, помидор свежий, помидор соленый, морковь отварная и т.д.)	100	1,6	0,1	8,9	42,8	
Суп из овощей	250	1,9	3,7	11,0	85,4	Сборник рецептов или ТТК
Плов из птицы	200	14,1	22,7	37,2	409,5	Сборник рецептов или ТТК
Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	20,4	84,0	Сборник рецептов или ТТК
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	
Хлеб пеклеваный	70	4,5	0,6	28,8	138,5	
Итого за прием пищи:	870	26,2	27,4	130,6	875,0	
Полдник (5-ти разовое)						
Плошка (сдоба обыкновенная)	150	12,1	7,1	84,0	458,0	Сборник рецептов или ТТК
Сок фруктовый	200	0,6	0,2	22,9	100,9	Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	350	12,7	7,3	106,9	558,9	
Ужин (5-ти разовое)						
Запеканка из творога с морковью	250	30,0	25,5	59,7	593,0	Сборник рецептов или ТТК
Соус молочный (сладкий)	50	0,9	2,2	6,7	50,8	Сборник рецептов или ТТК
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	200	0,2	0,0	15,0	60,5	Сборник рецептов или ТТК
Хлеб пшеничный	100	7,4	0,6	48,7	229,7	
Итого за прием пищи:	600	38,5	28,3	130,1	934,0	
Ужин 2 (5-ти разовое)						
Кисломолочный продукт (ряженка)	180	5,0	4,4	7,4	94,3	Сборник рецептов или ТТК
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7	
Итого за прием пищи:	210	7,3	5,3	22,4	172,0	
Всего за день:		105,5	92,0	492,9	3 201,2	

Зав. Производством:

10 день Прием пищи, наименование блюда 7-11 лет	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)						
Каша молочная манная жидкая с маслом	200	5,6	7,4	33,6	223,0	Сборник рецептов или ТТК
Бутерброд с сыром	30/10/10	4,6	10,5	14,7	171,4	Сборник рецептов или ТТК
Чай с сахаром и лимоном	200/15/8	0,3	0,0	15,2	63,1	Сборник рецептов или ТТК
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7	
Итого за прием пищи:	503	12,8	18,8	78,5	535,2	
Обед (2х, 5-ти разовое)						
Овощи по сезону (огурец свежий, огурец соленый, капуста квашеная, свекла отварная, помидор свежий, помидор соленый, морковь отварная и т.д.)	60	0,9	0,1	5,3	25,7	
Суп из овощей	200	1,5	3,0	8,9	68,4	Сборник рецептов или ТТК
Плов из птицы	150	10,5	20,0	28,0	333,8	Сборник рецептов или ТТК
Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	20,4	84,0	Сборник рецептов или ТТК
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	
Хлеб пеклеваный	70	4,5	0,6	28,8	138,5	
Итого за прием пищи:	730	21,5	24,0	115,7	765,2	
Полдник (5-ти разовое)						
Плошка (сдоба обыкновенная)	100	8,0	4,8	56,0	305,4	Сборник рецептов или ТТК
Сок фруктовый	200	0,6	0,2	22,9	100,9	Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	300	8,6	5,0	78,9	406,3	
Ужин (5-ти разовое)						
Запеканка из творога с морковью	200	24,0	20,5	47,6	474,3	Сборник рецептов или ТТК
Соус молочный (сладкий)	50	0,9	2,2	6,7	50,8	Сборник рецептов или ТТК
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	200	0,2	0,0	15,0	60,5	Сборник рецептов или ТТК
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	
Итого за прием пищи:	500	28,8	23,0	93,6	700,4	
Ужин 2 (5-ти разовое)						
Кисломолочный продукт (ряженка)	180	5,0	4,4	7,4	94,3	Сборник рецептов или ТТК
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7	
Итого за прием пищи:	210	7,3	5,3	22,4	172,0	
Всего за день:		80,5	78,9	399,1	2 580,1	



Директор ООО "Славия"



Директор ООО «Славия»
 Е.Е. Кузнецова

МЕНЮ

на 14 декабря 2023г.

11 день Приним пищи, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)					
Каша молочная пшеничная вязкая с маслом	250	9,5	10,4	53,5	Сборник рецептур или ТТК
Бутерброд с повидлом	40/10/50	3,3	7,3	51,1	Сборник рецептур или ТТК
Кофейный напиток на молоке	200	2,3	1,3	25,9	Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	550	15,1	19,0	130,5	746,7
Обед (2х, 5-ти разовое)					
Икра морковная	100	2,5	7,9	12,6	Сборник рецептур или ТТК
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,8	2,2	19,9	Сборник рецептур или ТТК
Рыба, тушеная в томате с овощами	100/30	19,4	12,0	3,5	Сборник рецептур или ТТК
Рис отварной	180	4,5	13,5	46,8	Сборник рецептур или ТТК
Кисель из повидла	200	0,1	0,0	28,2	Сборник рецептур или ТТК
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пеклеваный	70	4,5	0,6	28,8	138,5
Итого за прием пищи:	1050	37,5	36,5	164,1	1 064,3
Полдник (5-ти разовое)					
Фрукты свежие	200	1,7	0,4	15,7	Сборник рецептур или ТТК
Напиток лимонный	200	0,1	0,0	16,7	Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	400	1,8	0,4	32,4	152,9
Ужин (5-ти разовое)					
Овощи по сезону (огурец свежий, огурец соленый, капуста квашеная, свекла отварная, помидор свежий, помидор соленый, морковь отварная и т.д.)	100	1,6	0,1	8,9	Сборник рецептур или ТТК
Жаркое по-деревенски	200	14,4	29,8	22,9	Сборник рецептур или ТТК
Чай с сахаром каркаде	200	0,2	0,0	15,0	Сборник рецептур или ТТК
Хлеб пшеничный / Хлеб пеклеваный	70/30	5,1/1,9	0,4/0,3	34/12,3	160,8/59,4
Итого за прием пищи:	600	23,2	30,6	99,1	690,4
Ужин 2 (5-ти разовое)					
Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,0	4,4	7,0	Сборник рецептур или ТТК
Сахар порция	5	0,0	0,0	4,9	19,4
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7
Итого за прием пищи:	215	7,3	5,3	26,9	189,6
Дополнительное питание (к одному из приемов пищи) (2х, 5-ти разовое)					
Фрукты или овощи или Напитки (сок, нектары, компоты) или Кисломолочная продукция	200	1,0	0,2	19,6	Сборник рецептур или ТТК
Всего за день:	90,9	91,9	447,0	83,4	2 843,9

11 день Приним пищи, наименование блюда 7-11 лет	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)					
Каша молочная пшеничная вязкая с маслом	200	7,6	8,4	42,9	Сборник рецептур или ТТК
Бутерброд с повидлом	40/10/50	3,3	7,3	51,1	Сборник рецептур или ТТК
Кофейный напиток на молоке	200	2,3	1,3	25,9	Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	500	13,2	17,0	119,9	677,6
Обед (2х, 5-ти разовое)					
Икра морковная	60	1,6	4,9	7,6	Сборник рецептур или ТТК
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,3	1,8	16,0	Сборник рецептур или ТТК
Рыба, тушеная в томате с овощами	90/30	17,9	11,1	3,5	Сборник рецептур или ТТК
Рис отварной	150	3,8	12,4	38,9	Сборник рецептур или ТТК
Кисель из повидла	200	0,1	0,0	28,2	Сборник рецептур или ТТК
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пеклеваный	70	4,5	0,6	28,8	138,5
Итого за прием пищи:	910	33,9	31,1	147,3	937,5
Полдник (5-ти разовое)					
Фрукты свежие	200	1,7	0,4	15,7	Сборник рецептур или ТТК
Напиток лимонный	200	0,1	0,0	16,7	Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	400	1,8	0,4	32,4	152,9
Ужин (5-ти разовое)					
Овощи по сезону (огурец свежий, огурец соленый, капуста квашеная, свекла отварная, помидор свежий, помидор соленый, морковь отварная и т.д.)	100	1,6	0,1	8,9	42,8
Жаркое по-деревенски	150	10,0	19,5	17,7	286,6
Чай с сахаром каркаде	200	0,2	0,0	15,0	60,5
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Итого за прием пищи:	500	15,5	19,9	65,9	504,7
Ужин 2 (5-ти разовое)					
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7
Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,0	4,4	7,0	Сборник рецептур или ТТК
Сахар порция	5	0,0	0,0	4,9	19,4
Итого за прием пищи:	215	7,3	5,3	26,9	189,6
Дополнительное питание (к одному из приемов пищи) (2х, 5-ти разовое)					
Фрукты или овощи или Напитки (сок, нектары, компоты) или Кисломолочная продукция	200	1,0	0,2	19,6	Сборник рецептур или ТТК
Всего за день:	77,7	78,9	392,4	83,4	2 462,3

Зав. Производствам:

Директор ООО "Славия":

Директор ГКОУ «Областная школа-интернат «Надежда»

МЕНЮ

на 15 декабря 2023г.



Прием пищи, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, кал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)						
Суп молочный с крупой (геркулесовой)	300	6,4	6,4	19,6	162,4	Сборник рецептов или ТТК
Бутерброд с повидлом	30/10/20	2,4	7,3	27,3	181,5	Сборник рецептов или ТТК
Чай с молоком или сливками (молоко)	200	1,7	1,3	17,3	86,7	Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	560	10,5	15,0	64,2	430,6	
Обед (2х, 5-ти разовое)						
Овощи по сезону (огурец свежий, огурец соленый, капуста квашеная, свекла отварная, помидор свежий, помидор соленый, морковь отварная и т.д.)	100	1,6	0,1	8,9	42,8	
Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,7	3,7	8,7	75,7	Сборник рецептов или ТТК
Фрикадельки мясные в соусе	100/30	17,9	20,0	19,3	296,5	Сборник рецептов или ТТК
Картофель отварной с маслом	180	3,5	5,0	28,6	173,1	Сборник рецептов или ТТК
Компот из свежих плодов	200	0,1	0,1	14,2	59,2	Сборник рецептов или ТТК
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	
Хлеб пеклеваный	70	4,5	0,6	28,8	138,5	
Итого за прием пищи:	980	33,0	29,8	132,8	900,6	
Полдник (5-ти разовое)						
Кеكс ступичный	150	9,2	29,2	89,1	661,1	Сборник рецептов или ТТК
Кисель из повидла	200	0,1	0,0	28,2	110,3	Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	350	9,3	29,2	117,3	771,4	
Ужин (5-ти разовое)						
Запеканка рисовая с творогом	250	14,2	9,8	74,5	442,9	Сборник рецептов или ТТК
Соус молочный (сладкий)	50	0,9	2,2	6,7	50,8	Сборник рецептов или ТТК
Напиток лимонный	200	0,1	0,0	16,7	69,5	Сборник рецептов или ТТК
Хлеб пшеничный	100	7,4	0,6	48,7	229,7	
Итого за прием пищи:	600	22,6	12,6	146,6	792,9	
Ужин 2 (5-ти разовое)						
Кисломолочный продукт (ряженка)	180	5,0	4,4	7,4	94,3	Сборник рецептов или ТТК
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7	
Итого за прием пищи:	210	7,3	5,3	22,4	172,0	
Дополнительное питание (к одному из приёмов пищи) (2х, 5-ти разовое)						
Фрукты или овощи или Напитки (соки, нектары, компоты) или Кисломолочная продукция	200	0,8	0,8	19,0	91,2	Сборник рецептов или ТТК
Всего за день:	89,9	100,0	480,5	3 157,5		

Зав. Производствам:

Прием пищи, наименование блюда 7-11 лет	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, кал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)						
Суп молочный с крупой (геркулесовой)	250	5,4	16,2	135,2	135,2	Сборник рецептов или ТТК
Бутерброд с повидлом	30/10/20	2,4	7,3	27,3	181,5	Сборник рецептов или ТТК
Чай с молоком или сливками (молоко)	200	1,7	1,3	17,3	86,7	Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	510	9,3	14,0	60,8	403,4	
Обед (2х, 5-ти разовое)						
Овощи по сезону (огурец свежий, огурец соленый, капуста квашеная, свекла отварная, помидор свежий, помидор соленый, морковь отварная и т.д.)	60	0,9	0,1	5,3	25,7	
Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,4	2,9	7,0	60,4	Сборник рецептов или ТТК
Фрикадельки мясные в соусе	90/30	8,7	19,5	17,4	281,5	Сборник рецептов или ТТК
Картофель отварной с маслом	150	2,9	4,1	23,9	144,2	Сборник рецептов или ТТК
Компот из свежих плодов	200	0,1	0,1	14,2	59,2	Сборник рецептов или ТТК
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	
Хлеб пеклеваный	70	4,5	0,6	28,8	138,5	
Итого за прием пищи:	850	22,2	27,6	120,9	824,3	
Полдник (5-ти разовое)						
Кека ступичный	100	6,2	19,4	59,4	440,0	Сборник рецептов или ТТК
Кисель из повидла	200	0,1	0,0	28,2	110,3	Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	300	6,3	19,4	87,6	550,3	
Ужин (5-ти разовое)						
Запеканка рисовая с творогом	200	11,4	7,8	59,5	354,3	Сборник рецептов или ТТК
Соус молочный (сладкий)	50	0,9	2,2	6,7	50,8	Сборник рецептов или ТТК
Напиток лимонный	200	0,1	0,0	16,7	69,5	Сборник рецептов или ТТК
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	
Итого за прием пищи:	500	16,1	10,3	107,2	589,4	
Ужин 2 (5-ти разовое)						
Кисломолочный продукт (ряженка)	180	5,0	4,4	7,4	94,3	Сборник рецептов или ТТК
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7	
Итого за прием пищи:	210	7,3	5,3	22,4	172,0	
Дополнительное питание (к одному из приёмов пищи) (2х, 5-ти разовое)						
Фрукты или овощи или Напитки (соки, нектары, компоты) или Кисломолочная продукция	200	0,8	0,8	19,0	91,2	Сборник рецептов или ТТК
Всего за день:	77,0	79,3	396,3	2 547,6		



Директор ООО "Славия":