



Ежедневное 14-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием патронажным питанием обучающихся 12-18 лет

16.04.2016

11 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
	Масса порции	Белок, г	Жиры, г			
Завтрак						
КАША ПШЕНИЦАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ТТК №108	250	13,0	11,5	47,5	405,0	ТТК №108
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №127	40/100/50	4,7	7,3	51,1	277,3	ТТК №127
ЯБЛО ВАРЕНОЕ В КРУТУЮ №337	1шт	7,9	7,1	0,4	97,5	337
ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №102	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302
Итого за прием пищи:	614	25,8	25,9	114,0	837,8	
Обед						
МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ ТТК №128	100	2,0	0,1	6,7	34,0	ТТК №128
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №46	250	2,4	5,3	15,7	121,0	ТТК №46
РЫБНАЯ ПОДЖАРКА ТТК №679	130	17,1	15,9	7,3	155,2	ТТК №679
РИС ОТВАРНОЙ ТТК №69	180	4,5	13,5	46,8	327,3	ТТК №69
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ ТТК №52	200	0,1	0,1	14,2	59,2	ТТК №52
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	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:	980	34,3	35,8	143,8	950,0	
Полдник						
ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №421	150	18,2	18,6	54,1	450,9	ТТК №421
СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный) №707	180	0,9	0,2	17,7	80,3	707
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко) №338	200	0,8	0,8	19,0	91,2	338
Итого за прием пищи:	530	19,9	19,6	90,8	622,4	
Ужин						
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ ТТК №4	100	0,8	0,1	1,7	12,7	ТТК №4
ЖАРКОЕ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ ТТК №48	200	14,4	29,8	22,9	366,9	ТТК №48
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ ТТК №241	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №241
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,1	0,4	34,0	160,8	ТТК №6
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	30	1,9	0,3	12,3	59,4	ТТК №7
Итого за прием пищи:	600	22,4	30,6	85,9	657,8	
Ужин 2						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР) №698	180	5,0	4,4	7,0	92,5	698
БАТОН	30	2,3	0,9	15,0	77,7	ТТК №178
Итого за прием пищи:	210	7,3	5,3	22,0	170,2	
Всего за день:	1097	117,2	456,5	3238,2		

Зав. производством

[Signature]