



Утверждено: 04.07.2016

Ежедневное 14-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием обучающихся

04.07.2016

2 Вариант

Применяемые наименования блюд	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Каша молочная жидкая ячневая ТТК №789	200	6,5	9,2	25,7	178,7	ТТК №789	
Вульфрод с сыром ТТК №380	30/10/10	4,7	5,1	17,1	149,9	ТТК №380	
Чай с сахаром ТТК №302	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302	
Батон	50	3,9	1,5	25,1	129,5	ТТК № 178	2011
Фрукты свежие (яблоко) №338	200	0,8	0,8	19,0	91,2	338	
Итого за прием пищи:	700	16,1	16,6	101,9	607,3		
Обед							
Морковь отварная ТТК №128	60	1,2	0,1	4,0	24,0	ТТК №128	
Суп с макаронными изделиями ТТК №46	200	1,9	4,5	12,6	96,8	ТТК №46	
Колбасы ТТК №61	90	12,7	17,7	18,7	240,5	ТТК №61	
Пюре картофельное ТТК №136	150	4,2	4,3	22,8	144,2	ТТК №136	
Компот из яблок ТТК №51	200	0,4	0,1	21,5	88,5	ТТК №51	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6	
Хлеб пеклеваный	80	5,1	0,7	32,9	158,3	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	830	29,2	27,7	136,8	867,1		
Полдник							
Пирожок с яблоками ТТК №140	100	7,1	11,0	45,3	264,9	ТТК №140	
Молоко кипяченое ТТК №697	200	5,6	4,9	9,3	104,8	697	2004
Итого за прием пищи:	300	12,7	15,9	54,6	369,7		
Ужин							
Латешник с творогом с соусом молочным (слизким) ТТК №154	200/50	16,9	16,0	46,5	364,2	ТТК №154	
Чай с сахаром и яблоком ТТК №501	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №501	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	500	20,9	16,3	86,0	539,0		
Ужин 2							
Кисло-молочный продукт (кефир) №698	180	5,0	4,4	7,0	92,5	698	2004
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		
Итого за день:		86,2	81,8	401,3	2 553,3		

Зав. производством