



Заявление 14-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием обучающихся с 20.04.2016

Принем пища, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
Каша пшеница молочная вязкая ТТК №108	200	10,4	9,2	38,0	324,0	ТТК №108	
Бутерброд с повидлом ТТК №127	40/10/50	4,7	7,3	51,1	277,3	ТТК №127	
Чай с сахаром и лимоном ТТК №301	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>15,4</b>	<b>16,5</b>	<b>104,3</b>	<b>661,3</b>		
<b>Обед</b>							
Помидор соевый ТТК №27	60	0,6	0,0	1,4	8,2	ТТК №27	
Суп картофельный ТТК №87	200	2,8	2,9	9,3	78,7	ТТК №87	
Гречка по-купечески с фасью курица ТТК №68	150	17,8	27,0	33,5	376,7	ТТК №68	
Сок фруктовый (мультифруктовый) №707	200	0,6	0,0	32,0	131,9	707	2004
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6	
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	138,5	ТТК № 7	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>730</b>	<b>30,0</b>	<b>30,8</b>	<b>129,3</b>	<b>848,8</b>		
<b>Полдник</b>							
Пирожок печеный с капустой ТТК №138	100	13,8	14,2	48,6	308,6	ТТК №138	
Чай с сахаром ТТК №302	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302	
Фрукты свежие (яблоко) №138	200	0,8	0,8	19,0	91,2	338	2011
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>14,8</b>	<b>15,0</b>	<b>82,6</b>	<b>457,8</b>		
<b>Ужин</b>							
Котлета рыбная Любительская ТТК №63	90	8,4	10,7	11,2	167,1	ТТК №63	
Каша рисовая с овощами ТТК №180	150	7,6	12,1	35,6	224,7	ТТК №180	
Чай с сахаром каркаде ТТК №241	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №241	
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	29,2	137,8	ТТК № 6	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>20,7</b>	<b>23,2</b>	<b>91,0</b>	<b>587,6</b>		
<b>Ужин 2</b>							
Кисломолочный 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	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>210</b>	<b>7,3</b>	<b>5,3</b>	<b>33,8</b>	<b>215,6</b>		
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>88,2</b>	<b>90,8</b>	<b>441,0</b>	<b>2 771,1</b>		

Зав. проктологством \_\_\_\_\_