



Номер сборника рецептов	Наименование блюд	Вес (г)	Цена (руб)	Белки	Жиры	Угле-воды	Калорий-ность (ккал)
-------------------------	-------------------	---------	------------	-------	------	-----------	----------------------

1 день Обед детей, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 241	Суп с макаронными изделиями с курицей	200/12,5	16,5	4,8	5,5	13,6	123,3
302/96	Каша пшеничная вязкая	150	7,5	4,5	6,1	25	178
ТТК 234	Котлета домашняя	90	57,5	15,6	11,6	12,5	208
ТТК 110	Компот из яблок	200	9,5	0,2	0,1	25,4	99
542/16	Булочка зерновая	55	6	4,4	1,8	27,3	142,2
ИТОГО :		708	97,00	29,50	25,10	103,80	750,50

2 день Обед детей, обучающихся в 1-4 классах

134	Суп крестьянский с курицей	200/12,5	18	4,9	5,8	11	114,2
ТТК 145	Плов из птицы (индейка)	230	70,8	20	17,3	42,5	406,9
ТТК 95	Чай с сахаром	200	4	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	70	4,2	5	1,5	30	154
ИТОГО :		713	97,00	30,10	24,60	103,50	752,80

3 день Обед детей, обучающихся в 1-4 классах

ТТК82	Суп картофельный с горохом с курицей	200/12,5	18	8,8	6,5	14,2	151,3
ТТК 471	Макаронны с курицей	220	62	20,3	16,3	36	371,4
ТТК 94	Чай с молоком	200	8	1,5	1,6	15,8	81
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	54	4,32	5,7	1,2	37,3	182
600	Соус сметанный	50	4,68	0,7	1,9	3,1	32,8
ИТОГО :		737	97,00	37,00	27,50	106,40	818,50

4 день Обед детей, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 56	Рассольник Ленинградский со сметаной	200/10	11	2,1	5,8	13,9	116,7
ТТК 146	Суфле "Курочка ряба"	90	61,2	14,4	10,4	8,3	185,4
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	150	13,5	8,2	5,8	35,8	232
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	33	2,6	3,5	0,7	22,8	111,2
ТТК 7	Батон	45	2,7	3,2	1	19,3	99
ИТОГО :		735	97,00	31,60	23,70	115,30	805,40

5 день Обед детей, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 100	Борщ из свежей капусты со сметаной и мясом индейки	200/12,5/ 10	23	5,2	6,9	10,5	124,3
ТТК 20	Картофельное пюре	160	15,4	3,4	8,8	23,2	201,6
87/08	Суфле "Рыбка золотая" (минтай)	90	37,35	13,1	13,6	14	228,7
ТТК 160	Компот из изюма и кураги	200	14	0,7	0	28,8	113
542/16	Булочка зерновая	66	7,25	5,2	2,1	32,8	170,6
ИТОГО :		739	97,00	27,60	31,40	109,30	838,20



Номер сборника рецептов	Наименование блюд	Вес (г)	Цена (руб)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность (ккал)
6 день Обед детей, обучающихся в 1-4 классах							
ТТК82	Суп картофельный с горохом с курицей	200/12,5	18	8,8	6,5	14,2	151,3
81/08	Фрикадельки "Петушок"	90	60,3	12,9	15,4	8,6	222,6
ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	150	10,5	5,8	4,9	35,5	208,9
ТТК 95	Чай с сахаром	200	4	0,2	0	20	77,7
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	53	4,2	5,6	1,2	36,6	178,7
ИТОГО :		706	97,00	33,30	28,00	114,90	839,20

7 день Обед детей, обучающихся в 1-4 классах							
ТТК 92	Уха со взбитым яйцом (минтай)	250	15,5	6,3	4,1	13,2	116
ТТК 466	Котлета "Переменка"	90	54,5	13	16,4	11,1	244
ТТК 309	Картофель тушеный	150	14,5	3	11	21,7	200
ТТК183	Компот из сухофруктов	200	8,5	1,6	0,4	34,8	147,8
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	50	4	5,3	1,1	34,5	168,5
ИТОГО :		740	97,00	29,20	33,00	115,30	876,30

8 день Обед детей, обучающихся в 1-4 классах							
ТТК 100	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	11,5	1,6	5,6	10,5	97,6
ТТК 479	Котлета из индейки	90	59	18,2	7,3	12	158,5
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	150	13,5	8,2	5,8	35,8	232
ТТК 43	Масло сливочное (порц)	6	5,7	0	4,4	0,1	39,6
ТТК 95	Чай с сахаром	200	4	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	55	3,3	4	1,2	23,5	121
ИТОГО :		711	97,00	32,20	24,30	101,90	726,40

9 день Обед детей, обучающихся в 1-4 классах							
ТТК 98	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	200/10	10	1,7	5,7	7,6	85,5
ТТК 462	Плов из свинины	250	71	20	17,1	45,2	428,6
ТТК 183	Компот из изюма	200	11	0,3	0	30,2	117
542/16	Булочка зерновая	50	5,5	4	1,6	24,8	129,3
ИТОГО :		710	97,50	26,00	24,40	107,80	760,40

10 день Обед детей, обучающихся в 1-4 классах							
ТТК 56	Рассольник Ленинградский со сметаной	200/10	11	2,1	5,8	13,9	116,7
ТТК 58	Горбуша в омлете	90	51,7	16,3	12,5	2,8	188,6
ТТК 20	Картофельное пюре	200	19,3	4,2	11	29	252
ТТК 312	Компот из черноплодной рябины	200	9,5	0,3	0,1	20,2	79
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	69	5,5	7,3	1,5	47,6	232,6
ИТОГО :		769	97,00	30,20	30,90	113,50	868,90