



Обед 7-12 лет
вторая смена

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 02.10.2023							
Обед	Суп крестьянский с крупой на костном бульоне	200	9,2	5,9	10,4	163	134/2004
	Сосиска отварная	2,50	10,5	17	0,2	197	ТТК №100.1
	Каша гречневая вязкая	160	4,8	2,6	23,8	140	ТТК №58
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК №57
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК №57
Итого за обед		718	29	26,1	79,2	691	
Вторник 03.10.2023							
Обед	Борщ Сибирский на костном бульоне	200	5,3	3,6	14,6	113	113/1994
	Котлета Куринная запеченные	50	8,3	8	20,5	170	ТТК №48
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Макаронные изделия отварные	150	5,6	6,5	37,5	218	469/1994
	АК Напиток из черноплодной рябины и свежих яблок	200	0,25	0	25,1	99	ТТК №28.1
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК №57
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК №57
Итого за обед		708	24,9	20,2	131,3	765	
Среда 04.10.2023							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на костном бульоне	200	3,6	3,5	8,4	140	124/2004
	Бифштекс рубленый Детский тушеный	40	8,8	6,3	6,8	104	ТТК №47
	Соус основной красный	60	1,38	1,8	4,6	38	528/3/1994
	Рис отварной	150	3,3	5,8	37	204	465/1994
	АК Компот из изюма	200	0,4	0	27,3	127	638/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК №57
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК №57
	Итого за обед		708	21,8	18	113,9	746
Четверг 05.10.2023							
Обед	Суп картофельный с бобовыми на костном бульоне	200	8,2	5,4	23,2	173	139/20044
	Сырники Классические	135	19,2	10,9	20,32	256	ТТК №99.1
	Подлива сладкая	50	0,1	0	15	50	ТТК №25
	АК Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК №46
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК №57
	Фрукты: яблоко свежее	150	0,6	0	18,9	78	338/2005
Итого за обед		760	30,4	16,5	109,1	699	
Пятница 06.10.2023							
Обед	Суп картофельный рыбная консерва	200/20	5,8	4	19,8	134	Т1/3/1994
	Котлета Куринная запеченные	50	8,3	8	20,5	170	ТТК №48
	Соус основной красный	50	1,15	1,5	3,84	32	528/3/1994
	Картофельное пюре	150	3,32	7,06	22,89	171	472/1994
	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	15,2	60	629/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК №57
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК №57
Итого за обед		715	23,2	21,2	112	700	

* Стоимость 1 комплекса обеда на одного учащегося для школьников категории от 7 до 12 лет составляет 75 рублей.