



**ОБЕД 7-12 лет
вторая смена**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 25.09.2023							
Обед	Суп картофельный с макарон.изделиями и цыпленком отварным	200/20	21,2	4	18,5	197	140/2004, Т17/1994
	Бифштекс рубленый Детский тушенный	40	8,8	6,3	6,8	104	ТТК № 47
	Соус основной красный	60	1,38	1,8	4,6	38	528/3/1994
	Каша гречневая рассыпчатая	160	9,28	9,28	43,12	288	463/1994
	АК Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
Итого за обед		738	45,2	22	117,8	818	
Вторник 26.09.2023							
Обед	Рассольник ленинградский на костном бульоне	200	4,1	4,2	16	114	132/2004;
	Котлета по-хлыновски	50	8	10	2,2	130	454/2004
	Соус основной красный	50	0,9	1,4	3,6	30	528/3/1994
	Рис отварной	160	3,65	6,1	38,1	225	465/1994
	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
	Итого за обед		700	19,4	22,1	92	631
Среда 27.09.2023							
Обед	Борщ с капустой, картофелем и фрикадельками	200/20	11,7	5,7	11,1	206	110/2004,112/2004
	Ежики "Детские"	40	9,04	13,1	3,01	166	ТТК № 102.1
	Соус основной красный	60	1,38	1,8	4,6	38	528/3/1994
	Каша гречневая вязкая	150	4,4	2,4	22,1	130	ТТК № 58
	Кисель яблочный	200	0,1	0	27	107	ТТК №429
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Итого за обед		728	30,9	23,6	97,61	780
Четверг 28.09.2023							
Обед	Суп картофельный с бобовыми и фрикадельками	200/20	12,8	7,48	23,5	253	139/2004,112/2004
	Каша с мясом (марийское национальное блюдо)	200	2,6	3,22	10,17	297	ТТК №105.1
	АК Напиток клюквенный со свежими яблоками	200	0,1	0,1	10,9	65	ТТК №108.1
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом	200	6	6,4	9,4	120	ТН
		853	23,9	17,6	70,87	807	
	Итого за обед		853	23,9	17,6	70,87	807
Пятница 29.09.2023							
Обед	Суп картофельный с макарон.изделиями и цыпленком отварным	200/20	21,2	4	18,5	197	140/2004, Т17/1994
	Тефтели из мяты тушеные	40	10,7	0,6	11,9	95	ТТК № 102.0
	Соус основной красный	60	1,3	1,8	4,6	38	528/3/1994
	Картофельное пюре	150	3,2	6,8	22,1	149	472/1994
	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
	Итого за обед		703	39,1	13,6	99,1	650

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