



МЕНЮ



Номер сборника рецептов	Наименование блюд	Вес (г)	Цена (руб)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность (ккал)
-------------------------	-------------------	---------	------------	-------	------	----------	---------------------

Завтрак детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 62	Салат из квашеной капусты без лука	80	8,4	1,3	4	6,1	66,4
ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	160	11,7	5,9	4,7	35,5	211,2
ТТК 222	Гуляш из куриных грудок	50/50	41	14,7	5,8	4,3	129
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	58	2,9	4,2	1,3	24,8	127,6
ИТОГО :		598	67,00	26,30	15,80	90,70	611,90

Обед детей, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 62	Салат из квашеной капусты без лука	60	6,3	1	3	4,6	49,8
ТТК 100	Борщ из свежей капусты с курицей и сметаной	200/12,5/10	20,5	4,6	7,2	10,5	123,3
ТТК 51	Плов из птицы	250	56,5	18,3	14,1	50,4	406
ТТК 312	Компот из черноплодной рябины	200	9,5	0,3	0,1	20,2	79
542/16	Булочка зерновая	42	4,2	3,3	1,3	20,9	108,6
ИТОГО :		775	97,00	27,50	25,70	106,60	766,70

Комплекс на 100 руб

ТТК 45	Огурец свежий	18	3,9	0,1	0	0,6	2,9
ТТК 100	Борщ из свежей капусты с курицей и сметаной	272,5	25,1	5,6	8,8	12,8	151
ТТК 51	Плов из птицы	250	56,5	18,3	14,1	50,4	406
ТТК 312	Компот из черноплодной рябины	200	9,5	0,3	0,1	20,2	79
542/16	Булочка зерновая	50	5	4	1,6	24,8	129,3
ИТОГО :		791	100,00	28,30	24,60	108,80	768,20

Бесплатное питание 60 руб

ТТК 45	Огурец свежий	15	3,3	0,1	0	0,5	2,4
ТТК 51	Плов из птицы	200	45,2	14,6	11,3	40,3	324,8
ТТК 312	Компот из черноплодной рябины	200	9,5	0,3	0,1	20,2	79
ТТК 7	Батон	40	2	2,9	0,9	17,1	88
ИТОГО :		455	60,00	17,90	12,30	78,10	494,20

Бесплатное питание 67 руб

ТТК 45	Огурец свежий	14	3	0,1	0	0,5	2,2
ТТК 51	Плов из птицы	250	56,5	18,3	14,1	50,4	406
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	5	0,2	0	15,2	61,1
ТТК 7	Батон	50	2,5	3,6	1,1	21,4	110
ИТОГО :		521	67,00	22,20	15,20	87,50	579,30

Комплекс ОВЗ 119,40 руб - льготное питание

ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	150	11	5,5	4,4	33,3	198
ТТК 222	Гуляш из куриных грудок	50/50	41	14,7	5,8	4,3	129
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	45	2,2	3,2	1	19,3	99
100	Борщ с капустой и картофелем	200	10	1,4	4,1	10,1	81,7
ТТК 51	Плов из птицы	200	45,2	14,6	11,3	40,3	324,8
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	5	0,2	0	15,2	61,1
ТТК 7	Батон	40	2	2,9	0,9	17,1	88

