

Рацион: с 7-11-ти лет (не более 6 часов)

День: 2

№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
ТТК№2135	Макаронные изделия отварные с сыром	1/200	11,84	10,79	59,56	382,71
M2017№14	Масло сливочное (порциями)	1/5	0,04	5,62	0,06	50,98
M2004№684	Чай без сахара	1/200	0,40	0,10	0,08	2,82
Пром.выпуск	Хлеб ржаной	1/20	0,12	0,24	6,68	29,36
Пром.выпуск	Фруктовое пюре	1/125	0,75	0,25	23,75	100,25
Итого за Завтрак		550	13,15	17,00	90,13	566,12
Обед						
M2017№45	Салат из белокочанной капусты*	1/60	0,80	1,90	3,90	35,90
M2017№96	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	1/200/10	1,85	5,00	10,05	92,60
M2017№265	Плов из свинины	1/180	16,49	33,80	31,06	494,40
ТТК№2324	Напиток из фруктово-плодовой смеси сушенной	1/200	0,70	0,30	19,30	82,70
Пром.выпуск	Хлеб пшеничный	1/40	3,04	0,32	19,68	93,76
Пром.выпуск	Хлеб ржаной	1/30	0,18	0,36	10,02	44,04
Итого за Обед		720	23,06	41,68	94,01	843,40
Полдник						
M2017№392	Пельмени мясные "Марлин" с маслом сливочным	1/180/5	13,96	11,47	33,30	292,27
H2020№54-2гн	Чай с сахаром	1/200	0,20	0,00	6,40	26,40
Пром.выпуск	Хлеб пшеничный	1/20	1,50	0,16	9,80	46,64
Итого за Полдник		405	15,66	11,63	49,50	365,31
Итого за день		1675	51,87	70,31	233,64	1774,83
*Замена с 3.03.2025 на овощи натуральные свежие (помидор) в связи с сезонностью		1/60	0,66	0,12	2,28	12,84
Итого за день с заменами		1675	51,73	68,53	232,02	1751,77

Рацион: с 12-ти лет (не более 6 часов)						День: 2
№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
ТТК№2135	Макаронные изделия отварные с сыром	1/250	14,80	13,49	74,45	478,41
M2017№14	Масло сливочное (порциями)	1/5	0,04	5,62	0,06	50,98
M2004№684	Чай без сахара	1/200	0,40	0,10	0,08	2,82
Пром.выпуск	Хлеб ржаной	1/20	0,12	0,24	6,68	29,36
Пром.выпуск	Фруктовое пюре	1/125	0,75	0,25	23,75	100,25
Итого за Завтрак		600	16,11	19,70	105,02	661,82
Обед						
M2017№45	Салат из белокочанной капусты*	1/100	1,30	3,20	6,50	60,00
M2017№96	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	1/250/10	2,25	6,00	12,43	112,72
M2017№265	Плов из свинины	1/220	20,15	41,30	37,96	604,14
ТТК№2324	Напиток из фруктово-плодовой смеси сушенной	1/200	0,70	0,30	19,30	82,70
Пром.выпуск	Хлеб пшеничный	1/60	4,56	0,48	29,52	140,64
Пром.выпуск	Хлеб ржаной	1/40	0,24	0,48	13,36	58,72
Итого за Обед		880	29,20	51,76	119,07	1058,92
Полдник						
M2017№392	Пельмени мясные "Марлин" с маслом сливочным	1/200	15,10	12,40	36,00	316,00
H2020№54-2гн	Чай с сахаром	1/200	0,20	0,00	6,40	26,40
Пром.выпуск	Хлеб пшеничный	1/20	1,50	0,16	9,80	46,64
Итого за Полдник		420	16,80	12,56	52,20	389,04
Итого за день		1900	62,11	84,02	276,29	2109,78
*Замена с 3.03.2025 на овощи натуральные свежие (помидор) в связи с сезонностью		1/100	1,10	0,20	3,80	21,40
Итого за день с заменами		1900	61,91	81,02	273,59	2071,18