

| Рацион: с 7-11-ти лет (не более 6 часов)                                        |                                             |              |                  |       |        | День: 2   |
|---------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|--------------|------------------|-------|--------|-----------|
| № рецептуры                                                                     | Наименование блюда                          | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |       |        | ЭЦ (ккал) |
|                                                                                 |                                             |              | Б                | Ж     | У      |           |
| Завтрак                                                                         |                                             |              |                  |       |        |           |
| ТТК№2135                                                                        | Макаронные изделия отварные с сыром         | 1/200        | 10,50            | 10,50 | 53,20  | 349,30    |
| ТТК№2147                                                                        | Бутерброд "Школьный"                        | 1/45         | 4,40             | 5,10  | 13,30  | 116,70    |
| М2004№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                                                                     | Кондитерское изделие (пряник глазированный) | 1/40         | 2,44             | 1,68  | 29,88  | 144,40    |
| Итого за Завтрак                                                                |                                             | 505          | 17,86            | 17,62 | 103,14 | 642,58    |
| Обед                                                                            |                                             |              |                  |       |        |           |
| ТТК№2210                                                                        | Салат "Бусинка"*                            | 1/60         | 1,27             | 3,07  | 3,00   | 44,71     |
| М2017№96                                                                        | Рассольник "Ленинградский" со сметаной      | 1/200/10     | 1,85             | 5,00  | 10,05  | 92,60     |
| М2017№265                                                                       | Плов из свинины                             | 1/180        | 15,14            | 33,80 | 31,06  | 489,00    |
| 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          | 22,18            | 42,85 | 93,11  | 846,81    |
| Полдник                                                                         |                                             |              |                  |       |        |           |
| ТТК№2131<br>ТТК№2277                                                            | Котлета "Бабрики" с соусом "Помидорка"      | 1/70/30      | 7,54             | 6,30  | 6,10   | 111,26    |
| М2017№303                                                                       | Каша вязкая пшениная                        | 1/150        | 4,20             | 5,00  | 23,90  | 157,40    |
| Н2020№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                                                                |                                             | 470          | 13,44            | 11,46 | 46,20  | 341,70    |
| Итого за день                                                                   |                                             | 1695         | 53,48            | 71,93 | 242,45 | 1831,09   |
| *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                                                        |                                             | 1695         | 54,55            | 72,73 | 245,17 | 1853,45   |

| Рацион: с 12-ти лет (не более 6 часов)                                          |                                             |              |                  |       | День: 2 |           |
|---------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|--------------|------------------|-------|---------|-----------|
| № рецептуры                                                                     | Наименование блюда                          | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |       |         | ЭЦ (ккал) |
|                                                                                 |                                             |              | Б                | Ж     | У       |           |
| Завтрак                                                                         |                                             |              |                  |       |         |           |
| ТТК№2135                                                                        | Макаронные изделия отварные с сыром         | 1/250        | 13,13            | 13,13 | 66,50   | 436,69    |
| ТТК№2147                                                                        | Бутерброд "Школьный"                        | 1/45         | 4,40             | 5,10  | 13,30   | 116,70    |
| М2004№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                                                                     | Кондитерское изделие (пряник глазированный) | 1/40         | 2,44             | 1,68  | 29,88   | 144,40    |
| Итого за Завтрак                                                                |                                             | 555          | 20,49            | 20,25 | 116,44  | 729,97    |
| Обед                                                                            |                                             |              |                  |       |         |           |
| ТТК№2210                                                                        | Салат "Бусинка"*                            | 1/100        | 2,10             | 5,10  | 5,00    | 74,30     |
| М2017№96                                                                        | Рассольник "Ленинградский" со сметаной      | 1/250/10     | 2,25             | 6,00  | 12,43   | 112,72    |
| М2017№265                                                                       | Плов из свинины                             | 1/220        | 18,50            | 41,30 | 37,96   | 597,54    |
| 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          | 28,35            | 53,66 | 117,57  | 1066,62   |
| Полдник                                                                         |                                             |              |                  |       |         |           |
| ТТК№2131<br>ТТК№2277                                                            | Котлета "Бабрики" с соусом "Помидорка"      | 1/70/30      | 7,54             | 6,30  | 6,10    | 111,26    |
| М2017№303                                                                       | Каша вязкая пшенная                         | 1/180        | 5,00             | 6,00  | 28,70   | 188,80    |
| Н2020№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                                                                |                                             | 500          | 14,24            | 12,46 | 51,00   | 373,10    |
| Итого за день                                                                   |                                             | 1935         | 63,08            | 86,37 | 285,01  | 2169,69   |
| *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                                                        |                                             | 1935         | 62,08            | 81,47 | 283,81  | 2116,79   |