

Рацион: с 7-11-ти лет (не более 6 часов)						День: 5
№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
M2017№131	Горошек консервированный	1/30	0,93	0,06	1,95	12,06
ТТК№2255	Омлет "Минутка"	1/200	20,10	9,14	3,60	177,06
ТТК№2160	Бутерброд "Сырный"	1/45	6,57	6,65	12,53	136,25
H2020№54-6гн	Чай с молоком и сахаром	1/200	1,50	1,40	8,60	53,00
Пром.выпуск	Хлеб ржаной	1/25	0,15	0,30	8,35	36,70
Итого за Завтрак		500	29,25	17,55	35,03	415,07
Обед						
M2016№95	Суп с рыбными консервами	1/200	6,90	6,70	11,47	133,78
ТТК№2063 ТТК№2277	Котлета "Особая" с соусом "Помидорка"	1/70/30	10,77	10,66	12,06	187,26
M2017№302	Каша гречневая рассыпчатая	1/200	11,46	8,12	51,52	325,00
ТТК№2345	Напиток с витаминами и пребиотиком "Витошка"	1/180	0,00	0,00	16,74	66,96
Пром.выпуск	Хлеб ржаной	1/50	0,30	0,60	16,70	73,40
Пром.выпуск	Хлеб пшеничный	1/50	3,80	0,40	24,60	117,20
Итого за Обед		780	33,23	26,48	133,09	903,60
Полдник						
M2017№263	Пагу из свинины	1/180	12,00	30,90	17,70	396,90
Пром.выпуск	Хлеб пшеничный	1/20	1,50	0,16	9,80	46,64
Пром.выпуск	Сок фруктовый	1/180	0,90	0,18	18,18	77,94
Итого за Полдник		380	14,40	31,24	45,68	521,48
Итого за день		1660	76,88	75,27	213,80	1840,15

Рацион: с 12-ти лет (не более 6 часов)						День: 5
№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
М2017№131	Горошек консервированный	1/50	1,55	0,10	3,25	20,10
ТТК№2255	Омлет "Минутка"	1/200	20,10	9,14	3,60	177,06
ТТК№2160	Бутерброд "Сырный"	1/45	6,57	6,65	12,53	136,25
Н2020№54-6гн	Чай с молоком и сахаром	1/200	1,50	1,40	8,60	53,00
Пром.выпуск	Хлеб ржаной	1/30	0,18	0,36	10,02	44,04
Пром.выпуск	Хлеб пшеничный	1/40	3,04	0,32	19,68	93,76
Итого за Завтрак		565	32,94	17,97	57,68	524,21
Обед						
М2016№95	Суп с рыбными консервами	1/250	8,60	8,40	14,33	167,32
ТТК№2063 ТТК№2277	Котлета "Особая" с соусом "Помидорка"	1/70/30	10,77	10,66	12,06	187,26
М2017№302	Каша гречневая рассыпчатая	1/200	11,46	8,12	51,52	325,00
ТТК№2345	Напиток с витаминами и пребиотиком "Витошка"	1/180	0,00	0,00	16,74	66,96
Пром.выпуск	Хлеб ржаной	1/50	0,30	0,60	16,70	73,40
Пром.выпуск	Хлеб пшеничный	1/60	4,56	0,48	29,52	140,64
Итого за Обед		840	35,69	28,26	140,87	960,58
Полдник						
М2017№263	Рагу из свинины	1/200	13,30	34,40	19,70	441,60
Пром.выпуск	Хлеб пшеничный	1/20	1,50	0,16	9,80	46,64
Пром.выпуск	Сок фруктовый	1/180	0,90	0,18	18,18	77,94
Итого за Полдник		400	15,70	34,74	47,68	566,18
Итого за день		1805	84,33	80,97	246,23	2050,97