

М Е Н Ю

5 день

Рецептура	Завтрак (младшие классы)	В ы х о д	Бел-ки	Жи-ры	Угле-воды	Энерг.ценн.
		(г)	(г)	(г)	(г)	Ккал
ТТК 5.2	Макароны отварные с сыром	160/15	13.4	13.9	32.6	303.5
ТТК 1.3	Бутерброд с джемом	20/25	2.2	1.2	16.8	86.8
431/2008	Чай с лимоном	200/5	0.2	0.1	15.0	60.0
338/2011	Яблоко свежее	100	0.4	0.4	9.8	44.4

525 16.20 15.60 74.20 494.70

Рецептура	Обед (младшие классы)	В ы х о д	Бел-ки	Жи-ры	Угле-воды	Энерг.ценн.
		(г)	(г)	(г)	(г)	Ккал
51/2008	Винегрет овощной	60	0.8	6.1	4.0	73.8
91/2008	Рассольник ленинградский с перловой крупой, отварной курицей и сметаной	200/5/5	3.4	5.2	17.76	130.2
ТТК 9.2	Голубцы ленивые	240	16.42	13.52	22.4	286.6
ТТК 15.2	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	3.2	1.7	20.4	92.0
ТТК 15.1	Батон нарезной обогащенный микронутриентами	50	4.0	2.32	25.98	136.0
ТТК 13.3	Кисель из плодов шиповника	200	0.2	0.1	26.2	108.4

Итого за день ... 800 1325 28.02 44.22 28.94 44.54 116.74 190.94 827 1321.70