



УТВЕРЖДЕНО
Управляющий 000
"ОЛЕС"
Васьков Е.Л. "09"
сентября 2021г.

4 день 2 неделя Четверг 9.09.2021

7-10 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
	Завтрак [517]								
ТТК	Суп молочный	250/5	21,50	22,79	2,36	0,01	0,44	108,99	19,11
ТТК	Пряник	30	7,74	0,03	5,58	2,29	32,62	214,65	7,66
ТТК	Напиток какао на молоке	200	0,41	0,00	0,09	0,11	13,88	56,36	12,59
ТТК	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,00	0,20	0,20	14,01	67,32	2,89
ТТК	Яблоко свежее	126	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	53,03	13,66
	Итого за прием		33,78	22,82	8,61	2,98	71,47	503,14	55,91
	Обед [740]								
ТТК	Рассольник Ленинградский со с	250/10	2,04	0,34	6,34	5,19	12,44	114,70	18,16
ТТК	Тефтели рыбные в соусе	80/60	15,08	14,61	30,22	6,57	7,93	364,96	31,77
ТТК	Пюре картофельное	150	4,03	1,30	4,08	0,54	23,56	149,23	15,84
ТТК	Напиток из шиповника	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,14	7,54
ТТК	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,00	0,20	0,20	14,01	67,32	2,89
ТТК	Хлеб ржаной	30	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	53,03	1,89
	Итого за прием		25,47	16,26	41,28	12,96	81,65	803,39	78,09
	Итого за день		59,24	39,07	49,88	15,94	153,11	1306,53	134,00
	Содержание, % от калорийности		18,00		34,00		47,00		

11-18 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
	Завтрак [517]								
ТТК	Суп молочный	250/5	21,50	22,79	2,36	0,01	0,44	108,99	19,11
ТТК	Пряник	30	7,74	0,03	5,58	2,29	32,62	214,65	7,66
ТТК	Напиток какао на молоке	200	0,41	0,00	0,09	0,11	13,88	56,36	12,59
ТТК	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,00	0,20	0,20	14,01	67,32	2,89
ТТК	Яблоко свежее	135	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	53,03	14,54
	Итого за прием		33,78	22,82	8,61	2,98	71,47	503,14	56,79
	Обед [740]								
ТТК	Рассольник Ленинградский со с	250/10	2,04	0,34	6,34	5,19	12,44	114,70	18,16
ТТК	Тефтели рыбные в соусе	80/60	15,08	14,61	30,22	6,57	7,93	364,96	39,77
ТТК	Пюре картофельное	150	4,03	1,30	4,08	0,54	23,56	149,23	18,96
ТТК	Напиток из шиповника	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,14	7,54
ТТК	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,00	0,20	0,20	14,01	67,32	2,89
ТТК	Хлеб ржаной	30	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	53,03	1,89
	Итого за прием		25,47	16,26	41,28	12,96	81,65	803,39	89,21
	Итого за день		59,24	39,07	49,88	15,94	153,11	1306,53	146,00
	Содержание, % от калорийности		18,00		34,00		47,00		