



### Для обучающихся 7-11 лет (день 1)

Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецепта	цена за ед.
		Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)			
Каша вязкая с маслом и сахаром, молочная манная	160	3,4	3,96	27,83	161	№ 168, сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей п/р М.П.Могильного и В.А.Тутельяна 2010г. С.193	48,41
Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,43	0,3	15,33	75,3	ТТК2	4,00
Чай с лимоном	200	0,148	0,01	14,33	51,44	№ 154, сборник рецептов: А. Клявина "большой рецептурный кулинарный словарь" изд. Агропромиздат сборник рецептов	6,67
Сыр твердых сортов	15	4,65	5,42	0,04	54,45	ТТК6	12,69
Булочка к чаю	30	2,16	1,86	15,3	95,1	ТТК8	15,95
Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47	№ 338, сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания обучающихся п/р М.П.Могильного и В.А.Тутельяна 2015г.	23,28
	535	18,04	17,99	75,92	484,29		<b>111,00</b>

### Для обучающихся 12-18 лет (день 1)

Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецепта	цена за ед.
		Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)			
Каша вязкая с маслом и сахаром, молочная манная	220	9,01	12,3	25,64	309,25	№ 168, сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей п/р М.П.Могильного и В.А.Тутельяна 2010г. С.193	48,41
Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,43	0,3	15,33	75,3	ТТК2	4,00
Чай с сахаром	200	0,14	0,01	14,00	51,44	№ 154, сборник рецептов: А. Клявина "большой рецептурный кулинарный словарь" изд. Агропромиздат сборник рецептов	6,67
Сыр твердых сортов	15	5,57	5,42	0,04	54,45	ТТК6	12,69
Булочка к чаю	30	2,16	2,88	13,22	95,1	ТТК8	15,95
Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47	№ 338, сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания обучающихся п/р М.П.Могильного и В.А.Тутельяна 2015г.	23,28
	595	19,71	21,31	78,36	632,54		<b>111,00</b>

Повар Л. А. Руденко



Для обучающихся 7-11 лет (день 2)

Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецепта	цена за ед.
		Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)			
Пельмени с заправкой (сливочное масло)	220	14,25	16,54	41,23	325,25	ТТК13	74,05
Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,43	0,3	15,33	75,3	ТТК2	4,00
Кофейный напиток с молоком	200	0,28	2,05	15,95	100,6	№ 395, сборник рецептов на продукцию для питания детей п/р М.П.Могильного и В.А.Тутельяна 2010г.	9,67
Горошек зеленый консервированный	60	2,2	0,1	9,8	55	ТТК7	23,28
	510	19,16	18,99	82,31	556,15		<b>111,00</b>

Для обучающихся 12-18 лет (день 2)

Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецепта	цена за ед.
		Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)			
Пельмени с заправкой (сливочное масло)	260	14,75	19,02	44,2	398	ТТК13	74,05
Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,43	0,3	15,33	75,3	ТТК2	4,00
Кофейный напиток с молоком	200	0,28	2,05	15,95	100,6	№ 395, сборник рецептов на продукцию для питания детей п/р М.П.Могильного и В.А.Тутельяна 2010г.	9,67
Горошек зеленый консервированный	60	2,2	0,1	9,8	55	ТТК7	23,28
	550	19,66	21,47	85,28	628,9		<b>111,00</b>

Повар Л. А. Руденко



### Для обучающихся 7-11 лет (день 3)

Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецепта	цена за ед.
		Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)			
Пюре картофельное	150	2,05	4,8	20,45	137,25	№ 694, сборник рецептов блюд и кулинарных изделий п/р И.А. Здобнов и В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный, 205г. С.319	19,89
Котлета мясная куриная	100	13,25	8,85	15,7	228,75	ТТК11	57,16
Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,43	0,3	15,33	75,3	ТТК2	4,00
Чай с лимоном	200	0,148	0,01	14,33	51,44	№ 154, сборник рецептов: А. Клявина "большой рецептурный кулинарный словарь" изд. Агропромиздат сборник рецептов	6,67
Овощной салат с маслом растительным	100	1,06	5,08	8,65	85,9	№ 43, сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий питания при общепр. Школах п/р Лапшиной В.Т. 2004г. с.90	23,28
	580	18,938	19,04	74,46	578,64		<b>111,00</b>

### Для обучающихся 12-18 лет (день 3)

Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецепта	цена за ед.
		Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)			
Пюре картофельное	180	3,67	5,76	24,53	173,26	№ 694, сборник рецептов блюд и кулинарных изделий п/р И.А. Здобнов и В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный, 205г. С.319	19,89
Котлета мясная куриная	100	13,25	8,85	15,7	228,75	ТТК11	57,16
Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,43	0,3	15,33	75,3	ТТК2	4,00
Чай с сахаром	200	0,14	0,01	14,33	51,44	№ 943, сборник рецептов блюд и кулинарных изделий п/р И.А. Здобнов и В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный, 205г. С.398	6,67
Овощной салат с маслом растительным	100	1,06	5,08	8,65	85,9	№ 43, сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий питания при общепр. Школах п/р Лапшиной В.Т. 2004г. с.90	23,28
	610	20,55	20	78,54	614,65		<b>111,00</b>

Повар Руденко Л. А. Руденко



Для обучающихся 7-11 лет (день 4)

Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецепта	цена за ед.
		Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)			
Блины со сгущенкой	225	8,46	6,1	44,15	251	ТТК18	59,36
Сыр твердых сортов	20	4,82	5,42	0,06	62,7	ТТК16	14,69
Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,43	0,3	15,33	75,3	ТТК2	4,00
Кофейный напиток с молоком	200	0,28	2,05	15,95	100,6	№ 395,сборник рецептов на продукцию для питания детей п/р М.П.Могильного и В.А.Тутельяна 2010г.	9,67
Печенье	35	1,2	5,9	6,2	65	ТТК4	23,28
	510	17,19	16,77	81,69	554,6		<b>111,00</b>

Для обучающихся 12-18 лет (день 4)

Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецепта	цена за ед.
		Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)			
Блины со сгущенкой	275	11,03	7,24	49	325	ТТК18	59,36
Сыр твердых сортов	15	5,57	5,42	0,04	54,45	ТТК16	14,69
Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,43	0,3	15,33	75,3	ТТК2	4,00
Кофейный напиток с молоком	200	0,28	2,05	15,95	100,6	№ 395,сборник рецептов на продукцию для питания детей п/р М.П.Могильного и В.А.Тутельяна 2010г.	9,67
Печенье	35	1,2	5,9	6,2	65	ТТК4	23,28
	555	20,51	20,91	86,52	620,35		<b>111,00</b>

Повар Л. А. Руденко



### Для обучающихся 7-11 лет (день 5)

Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецепта	цена за ед.
		Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)			
Макароны отварные	150	2,36	2,21	30,25	135	№ 688, сборник рецептов блюд и кулинарных изделий п/р И.А. Здобнов и В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный, 205г. С.317	15,05
Куриные окорочка отварные с маслом	100	12,23	11,85	4,69	221,25	№ ,сборник рецептов на продукцию для питания обучающихся п/р М.П.Могильного и В.А.Тутельяна 2015г.	62,00
Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,43	0,3	15,33	75,3	ТТК2	4,00
Чай с лимоном	200	0,148	0,01	14,33	51,44	№ 943, сборник рецептов блюд и кулинарных изделий п/р И.А. Здобнов и В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный, 205г. С.398	6,67
Овощной салат с маслом растительным	100	1,06	5,08	8,65	85,9	№ 43, сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий питания при общедобр. Школах п/р Лапшиной В.Т. 2004г. с.90	23,28
	580	18,228	19,45	73,25	568,89		<b>111,00</b>

### Для обучающихся 12-18 лет (день 5)

Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецепта	цена за ед.
		Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)			
Макароны отварные	180	3,45	3,65	32,02	180	№ 688, сборник рецептов блюд и кулинарных изделий п/р И.А. Здобнов и В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный, 205г. С.317	15,05
Куриные окорочка отварные с маслом	100	14,52	13,54	8,97	256	№ ,сборник рецептов на продукцию для питания обучающихся п/р М.П.Могильного и В.А.Тутельяна 2015г.	62,00
Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,43	0,3	15,33	75,3	ТТК2	4,00
Чай с сахаром	200	0,14	0,01	14,33	51,44	№ 943, сборник рецептов блюд и кулинарных изделий п/р И.А. Здобнов и В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный, 205г. С.398	6,67
Овощной салат с маслом растительным	100	1,06	5,08	8,65	85,9	№ 43, сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий питания при общедобр. Школах п/р Лапшиной В.Т. 2004г. с.90	23,28
	610	21,6	22,58	79,3	648,64		<b>111,00</b>

Повар Руденко Л. А. Руденко