

Согласовано:
Директор Школы №



**ОБЕД 7-12 лет
вторая смена**

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------------|---|------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------|--------------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| Понедельник 18.12.2023 | | | | | | | |
| Обед | Суп картофельный с макарон изделиями и фрикадельками | 200/20 | 16 | 4,9 | 18,5 | 185 | 140/2004, 112/2004 |
| | Бифштекс рубленый Детский тушеный | 40 | 8,8 | 6,3 | 6,8 | 104 | ТТК № 47 |
| | Соус основной красный | 60 | 1,38 | 1,8 | 4,6 | 38 | 528/3/1994 |
| | Каша гречневая вязкая | 150 | 4,8 | 2,6 | 23,8 | 150 | ТТК № 58 |
| | АК Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 628/1994 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 33 | 2,4 | 0,4 | 16,9 | 72 | ТТК № 57 |
| | Фрукты: яблоко свежее | 150 | 0,6 | 0 | 18,9 | 78 | 338/2005 |
| | Яйцо вареное | 40 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 | 324/1997 |
| | Печенье Сормовское | 50 | 3,8 | 7,7 | 31,8 | 214 | ТН |
| Итого за обед | | 943 | 43,1 | 28,3 | 136,6 | 962 | |
| Вторник 19.12.2023 | | | | | | | |
| Обед | Рассольник ленинградский на костном бульоне | 200 | 4,1 | 4,2 | 16 | 144 | 132/2004, |
| | Гарнировка: Икра морковная | 60 | 2,2 | 7,5 | 10,1 | 122 | 78/2004 |
| | Фрикадельки в соусе | 55/50 | 13,1 | 14,4 | 12,7 | 234 | 481/1997 |
| | Сыр (порционный) | 10 | 2,3 | 2,9 | 0 | 36 | ТТК №15 |
| | Рис отварной | 160 | 3,65 | 6,1 | 38,1 | 225 | 465/1994 |
| | Чай с лимоном | 200/7 | 0,3 | 0 | 15,2 | 60 | 629/1994 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 33 | 2,4 | 0,4 | 16,9 | 72 | ТТК № 57 |
| | Бутерброд с повидлом | 20/5/25 | 1,7 | 4,3 | 23,5 | 134 | 2/2004 |
| | Печенье Сормовское | 50 | 3,8 | 7,7 | 31,8 | 214 | ТН |
| Итого за обед | | 875 | 33,6 | 47,5 | 164,3 | 1241 | |
| Среда 20.12.2023 | | | | | | | |
| Обед | Борщ с капустой, картофелем и фрикадельками | 200/20 | 11,7 | 5,7 | 11,1 | 206 | 110/2004,112/2004 |
| | Котлета Куринная запеченные | 50 | 8,3 | 8 | 20,5 | 170 | ТТК №48 |
| | Соус основной красный | 50 | 1,15 | 1,5 | 3,84 | 32 | 528/3/1994 |
| | Макаронные изделия отварные | 150 | 5,6 | 6,5 | 37,5 | 218 | 469/1994 |
| | АК Компот Южный | 200 | 0,3 | 0 | 28 | 120 | ТТК №1 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 33 | 2,4 | 0,4 | 16,9 | 72 | ТТК № 57 |
| | Напиток фруктосодержащий в ассортименте | 200 | 6 | 6,4 | 9,4 | 120 | ТН |
| | Конфета Марсианка | 11 | 0,2 | 1,5 | 7 | 41 | ТН |
| | Пирожное в ассортименте | 35 | 1,7 | 6,6 | 19,6 | 147 | ТН |
| Итого за обед | | 949 | 37,4 | 36,6 | 153,8 | 1126 | |
| Четверг 21.12.2023 | | | | | | | |
| Обед | Суп картофельный с бобовыми и фрикадельками | 200/20 | 12,8 | 7,48 | 23,5 | 253 | 139/2004,112/2004 |
| | Сырники Классические | 135 | 19,2 | 10,9 | 20,32 | 256 | ТТК №99.1 |
| | Подлива сладкая | 50 | 0,1 | 0 | 15 | 50 | ТТК №25 |
| | АК Напиток из кураги | 200 | 1,1 | 0 | 31,5 | 125 | 638/2004 |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,9 | 61 | ТТК № 57 |
| | Фрукты: яблоко свежее | 150 | 0,6 | 0 | 18,9 | 78 | 338/2005 |
| | Пирожное в ассортименте | 35 | 1,7 | 6,6 | 19,6 | 147 | ТН |
| | | 815 | 37,4 | 25,2 | 141,7 | 970 | |
| Пятница 22.12.2023 | | | | | | | |
| Обед | Гарнировка: Икра свекольная | 60 | 1,56 | 4,44 | 8,97 | 82 | 78/2004 |
| | Щи из свежей капусты с картофелем на костном бульоне | 200 | 3,6 | 3,5 | 8,4 | 180 | 124/2004 |
| | Шницель рубленый | 50 | 13 | 14 | 4 | 189 | 450/2004 |
| | Соус основной красный | 50 | 1,15 | 1,5 | 3,84 | 32 | 528/3/1994 |
| | Картофельное пюре | 150 | 3,2 | 6,8 | 22,1 | 149 | 472/1994 |
| | АК Напиток из черноплодной рябины и свежих яблок | 200 | 0,25 | 0 | 25,1 | 99 | ТТК №28.1 |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,9 | 61 | ТТК № 57 |
| | Молоко питьевое ультрапастеризованное, обогащенное витаминами и йодом | 200 | 6 | 6,4 | 9,4 | 120 | ТН |
| | Батончик Бон тайм | 20 | 0,5 | 2,8 | 15,8 | 90 | ТН |
| | Пирожное в ассортименте | 35 | 1,7 | 6,6 | 19,6 | 147 | ТН |
| Итого за обед | | 990 | 32,9 | 46,2 | 130,1 | 1149 | |