



Номер сборника рецептов	Наименование блюд	Вес (г)	Цена (руб)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность (ккал)
-------------------------	-------------------	---------	------------	-------	------	----------	---------------------

**Завтрак детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах**

302	Каша пшеничная вязкая	150	8	4,5	6,1	25	178
ТТК 38	Котлеты из филе грудки	75	35	15,9	6,4	13,5	174,2
ТТК 231	Соус красный основной	50	1,5	0,4	0,9	2,9	22
ТТК 16	Какао с молоком	200	16	3,6	2,7	22,9	127
430	Булочка Российская	60	6,5	4,3	5,1	36,4	209
<b>ИТОГО :</b>		<b>535</b>	<b>67,00</b>	<b>28,70</b>	<b>21,20</b>	<b>100,70</b>	<b>710,20</b>

**Комплекс для 5-8 кл**

ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	150	11	5,5	4,4	33,3	198
81/08	Фрикадельки "Петушок"	100	47	14,3	17,1	9,5	247,3
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	5	0,2	0	15,2	61,1
2	Маффин Шоколадный	60	25,5	3,1	6,5	27,5	175
<b>ИТОГО :</b>		<b>517</b>	<b>88,50</b>	<b>23,10</b>	<b>28,00</b>	<b>85,50</b>	<b>681,40</b>

**Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах**

ТТК 98	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	200/10	9,5	1,7	5,7	7,6	85,5
ТТК 309	Картофель тушеный	150	18	3	11	21,7	200
ТТК 114	Шницель рыбный натуральный (горб/минт)	90	60	16,1	8	9,3	192
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	5	0,2	0	15,2	61,1
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	60	4,5	6,3	1,3	41,4	202,3
<b>ИТОГО :</b>		<b>717</b>	<b>97,00</b>	<b>27,30</b>	<b>26,00</b>	<b>95,20</b>	<b>740,90</b>

**Завтрак**

196	Каша пшеничная молочная с маслом	200/10	23,5	8,5	9,7	32,3	251
<b>ИТОГО :</b>		<b>210</b>	<b>23,50</b>	<b>8,50</b>	<b>9,70</b>	<b>32,30</b>	<b>251,00</b>

**Полдник**

100/08	Макаронные изделия отварные с овощами (лук, морк)	1000	91	35,4	54,8	215,8	1 498,2
ТТК 188	Сок	200	20	0	0	27,4	110
2	Маффин Шоколадный	60	25,5	3,1	6,5	27,5	175
<b>ИТОГО :</b>		<b>1 260</b>	<b>136,50</b>	<b>38,50</b>	<b>61,30</b>	<b>270,70</b>	<b>1 783,20</b>

Заведующий производством

*Чепкасова*

Чепкасова Рушания Зямилевна /

Ответственный за питание

*Бегешев* / Бегешев М. В. /