

Юлианова  
 И.О. директор  
 ООО "Тридевятое море"  
 Новосибирск



13  
 января

Ежедневное меню  
 2 день  
 7-11 лет  
 льготное питание



№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность ккал.
			Белки,г	Жиры,г	Углевод,г	
<b>ЗАВТРАК</b>						
307/363	ТЕФТЕЛИ С РИСОМ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №307/363	90/30	11,30	10,60	14,10	190,20
303	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303	150	4,59	5,00	20,43	145,31
70,71,80	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(огурец св., помидор св., капуста квашеная,огурец сол., помидор сол.)	60	0,60	0,10	1,75	13,20
685	ЧАЙ С САХАРОМ №685	180	0,18	0,00	13,50	52,20
ТТК №6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	50	3,90	0,50	24,10	116,80
		560	20,57	16,20	73,88	517,71
	<b>Итого за весь прием пищи:</b>	<b>560</b>	<b>20,57</b>	<b>16,20</b>	<b>73,88</b>	<b>517,71</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
	БУЛОЧКА ЮЖАНКА	100	7,50	11,00	64,00	380,00
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	200	0,10	0,00	28,20	110,30
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>300</b>	<b>7,60</b>	<b>11,00</b>	<b>92,20</b>	<b>490,30</b>
	<b>Всего:</b>	<b>860</b>	<b>28,17</b>	<b>27,20</b>	<b>166,08</b>	<b>1 008,01</b>

12-18 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность ккал.
			Белки,г	Жиры,г	Углевод,г	
<b>ЗАВТРАК</b>						
307/363	ТЕФТЕЛИ С РИСОМ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №307/363	100/30	12,70	12,80	15,50	227,30
303	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303	180	5,50	5,49	24,60	175,00
70,71,80	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(огурец св., помидор св., капуста квашеная,огурец сол., помидор сол.)	100	1,00	0,16	2,90	22,00
685	ЧАЙ С САХАРОМ №685	200	0,20	0,00	15,00	58,00
ТТК №6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6	50	3,90	0,50	24,10	116,80
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>620</b>	<b>23,30</b>	<b>18,95</b>	<b>82,10</b>	<b>599,10</b>
	БУЛОЧКА ЮЖАНКА	100	7,50	11,00	64,00	380,00
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	250	0,10	0,00	35,25	137,90
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>7,60</b>	<b>11,00</b>	<b>99,25</b>	<b>517,90</b>
	<b>Всего:</b>	<b>970</b>	<b>30,90</b>	<b>29,95</b>	<b>181,35</b>	<b>1 117,00</b>