

36 / (6 June)
22

УТВЕРЖДАЮ:
ДИРЕКТОР СМППИТ «Бостропр»

Жукова Галина Ивановна

(подпись)

2024 год

«Восток»
С. 176

105 *Chrysomela*

2024 г.

(1-й полугодие 2024-2025 уч. года)

(1-й полугодие 2024-2025 уч. года)

Медальоны из рыбы (без яиц, куриного жира и глютена)	90	11,76	4,71	10,14	129,26	42/11	ТТК № 42
Рис рассыпчатый отварной (из пропаренной крупы)	180	4,38	6,44	44,02	251,64	110/2	ТТК 110/1
Овощи свежие порциями (огурец свежий в нарезку)	60	0,42	0,06	1,14	7,2	71/5	ТТК № 71
Чай без сахара	200	0,02	0	0	0	685/2	Москва 2004 № 685
ИТОГО	530	16,58	11,21	55,3	388,1		
2 неделя							
ПОНЕДЕЛЬНИК							
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет					№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ		
ЗАВТРАК (1-4, 1 смена)							
Капуста тушеная со свиной (без томатной пасты)	300	22,7	31,2	16,6	440,8	586	ТТК № 586
Чай без сахара	200	0,02	0	0	0	685/2	Москва 2004 № 685
ИТОГО	500	22,72	31,2	16,6	440,8		
ВТОРНИК							
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет					№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ		
ЗАВТРАК (1-4, 1 смена)							
Гуляш из свинины (без муки и томатной пасты)	90	11,2	17,4	2,9	208,3	260/9	Москва 2011 № 260
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,32	7,31	46,37	292,5	99/1	ТТК № 99
Овощи свежие порциями (огурец свежий в нарезку)	60	0,42	0,06	1,14	7,2	71/5	ТТК № 71
Чай без сахара	200	0,02	0	0	0	685/2	Москва 2004 № 685
ИТОГО	530	21,96	24,77	50,41	508		
СРЕДА							
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет					№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ		
ЗАВТРАК (1-4, 1 смена)							
Голубцы ленивые (говядина+свинина) без соуса	130	10,8	12,7	7,7	188,2	244/15	ТТК № 244
Рис рассыпчатый отварной (из пропаренной крупы)	180	4,38	6,44	44,02	251,64	110/2	ТТК 110/1
Чай без сахара	200	0,02	0	0	0	685/2	Москва 2004 № 685
ИТОГО	510	15,2	19,14	51,72	439,84		
ЧЕТВЕРГ							
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет					№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ		
ЗАВТРАК (1-4, 1 смена)							
Колбаски «Сочные» (свинина) без глютена	100	22,2	6,9	5,9	174,6	390/2	ТТК №390
Капуста запеченная в жарочном шкафу	150	1,95	3,76	4,76	60,75	108	ТТК № 108
Овощи свежие порциями (огурец свежий в нарезку)	60	0,42	0,06	1,14	7,2	71/5	ТТК № 71
Чай без сахара	200	0,02	0	0	0	685/2	Москва 2004 № 685
ИТОГО	510	24,59	10,72	11,8	242,55		
ПЯТНИЦА							
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет					№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ		
ЗАВТРАК (1-4, 1 смена)							
Гуляш из свинины (без муки и томатной пасты)	90	11,2	17,4	2,9	208,3	260/9	Москва 2011 № 260
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,6	6,09	38,64	243,75	99/1	ТТК № 99
Овощи вареные порциями (свекла отварная)	60	1,03	3	6,2	54,9	307/1	ТТК № 307
Чай без сахара	200	0,02	0	0	0	685/2	Москва 2004 № 685
ИТОГО	500	20,85	26,49	47,74	506,95		
СУББОТА							
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет					№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ		

ЗАВТРАК (1-4, 1 смена)							
Капуста тушеная со свиной (без томатной пасты)	300	22,7	31,2	16,6	440,8	586	ТТК № 586
Чай без сахара	200	0,02	0	0	0	685/2	Москва 2004 № 685
ИТОГО	500	22,72	31,2	16,6	440,8		