

1 ТИЖДЕНЬ

І ІЖДЕНЬ

Збірник рецептур, № ТК	Найменування страв та виробів	Діти 6-11 р.					Діти 11-14 р.					Діти 14-18 р.				
		Вихід, г	Енерго-цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вихід, г	Енерго-цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вихід, г	Енерго-цінність, ккал	Б, г	Ж, г	В, г
			525-630	18-21	17-21	73-88							675-810	23-27	23-27	93-112
Понеділок																
ТК № 1 28	Салат з бланкованої капусти з ароматною олією	100,00	55,40	1,10	3,30	4,40	100,00	55,40	1,10	3,30	4,40	100,00	55,40	1,10	3,30	4,40
ТК №4 13	Курка тушкована в соусі гуляш з кмином	70	110	15,2	3,5	2,5	100	157,15	21,7	5,06	3,63	120	188,6	26	6,1	4,4
ТК №8 25	Булгур (розсипчастий)	120	132	3,7	3,8	22,3	150	165	4,7	4,8	27,9	150	165	4,7	4,8	27,9
Пром-ве вироб.	Хліб цільнозерновий	30	71	2	2	10	50	118	3	4	16,7	50	118	3	4	16,7
ТК №11 05	Какао з молоком	200,00	112,48	6,11	5,50	98,50	200,00	112,48	6,11	5,50	98,50	200,00	112,48	6,11	5,50	98,50
ТК №12 01	Апельсини свіжі	100	50	0,90	0,20	11,00	100	50	0,90	0,20	11,00	100	50	0,90	0,20	11,00
	Всього:	620,00	530,88	29,01	18,30	148,70	700,00	658,03	37,51	22,86	162,13	720,00	689,48	41,81	23,90	162,90
Вівторок																
ТК № 2 02	Борщ Полтавський	250,00	193,50	3,20	6,60	31,90	250,00	193,50	3,20	6,60	31,90	250,00	193,50	3,20	6,60	31,90
Пром-ве вироб.	Сметана	25	51,5	0,75	5	0,75	25	51,5	0,75	5	0,75	25	51,5	0,75	5	0,75
ТК № 14 20	Галушки з маслом	100	235	8,34	3,53	39,13	120	282	10	4,24	46,96	150	353	12,51	5,29	58,69
Збірник рецептур, № ТК350	Чай з лимоном без цукру	200	10	0,0		1,0	200	10	0,0		1,0	200	10	0,0		1,0
ТК №12 01	Яблука свіжі	75	39	0,3	0,3	8,9	75	39	0,3	0,3	8,9	75	39	0,3	0,3	8,9
Пром-ве вироб.	Хліб цільнозерновий	30	71	2	2	10	50	118	3	4	16,7	50	118	3	4	16,7
	Всього:	680,00	600,00	14,59	17,43	91,68	720,00	694,00	17,25	20,14	106,21	750,00	765,00	19,76	21,19	117,94
Середа																
ТК №1 36	Салат з буряка з ароматною олією	100,00	69,25	1,55	3,19	9,23	100,00	69,25	1,55	3,19	9,23	100,00	69,25	1,55	3,19	9,23
ТК №8 13	Картопляне пюре з орегано	120	162,62	2,84	7,42	21,11	150	203,27	3,54	9,27	26,39	150	203,27	3,54	9,27	26,39
Збірник рецептур, № ТК195	Риба тушкована з овочами під томатним соусом	90	91	12,70	4,20	2,50	90	91	12,70	4,20	2,50	120	122	16,90	5,50	3,30
Пром-ве вироб.	Сир твердий	15	54	3,45	4,4	0	15	54	3,45	4,4	0	30	108	6,90	8,8	0
ТК №11 03	Узвар з сухофруктів (без цукру)	200	108	0,27	0,93	24,93	200	108	0,27	0,93	24,93	200	108	0,27	0,93	24,93
ТК №12 01	Банани свіжі	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8
	Всього:	625,00	580,17	22,31	20,34	79,57	655,00	620,82	23,01	22,19	84,85	700,00	705,22	30,66	27,89	85,65