

Завтрак - ДЕТИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ

Утверждаю
Директор ООО "Мелкий опт"Мельникова Е.В.
Директор МБОУ "Мультипрофильный лицей" Белгорода Н.Ю.

Неделя первая

Блюдо

Выход

Ккал

Белки

Жиры

Углеводы

Идем пиши

№ реч.

Идем пиши

Блюдо

Выход

Ккал

Белки

Жиры

Углеводы

Идем пиши

взр

219/08

Каша гречневая рассыпчатая

180

263,81

8,73

5,43

4,45

Идем пиши

2 лет

ТТк 101/22

Котлета "Умка"

100

168,6

4,79

9,34

10,02

Идем пиши

старше

300/08

Чай с сахаром

200

48,64

0,12

0

12,4

Идем пиши

старше

ТТк9/01

Хлеб Дарницкий

30

68,4

1,95

0,36

12,03

Идем пиши

старше

ТТк9/01

Булочка "Витая"

100

118,1

4,4

7

15,4

Идем пиши

взр

227/08

Макароны отварные

180

211,1

5,52

5,3

23,55

Идем пиши

2 лет

ТТк-100-22

Биточек "Колобок"

100

201,6

5,2

12,3

25,17

Идем пиши

старше

ТТк 36

Напиток Каркаде

200

74

8

1,4

14,8

Идем пиши

старше

246/08

Хлеб Дарницкий

30

68,4

1,95

0,36

12,03

Идем пиши

старше

246/08

Огурцы свежие

60

8,4

0,48

0,06

1,98

Идем пиши

взр

241/08

Картофельное пюре

180

205,18

3,19

6,06

23,3

Идем пиши

2 лет

178/08

Голубцы ленивые с соусом

150

225,63

15,9

16,02

29,44

Идем пиши

старше

300/08

Чай с сахаром

200

48,64

0,12

0

12,4

Идем пиши

старше

Хлеб Дарницкий

30

68,4

1,95

0,36

12,03

Идем пиши

взр

225/08

Рис припущенный

150

215,06

3,72

5,45

37,77

Идем пиши

2 лет

161/08

Котлета рыбная

90

147,26

6,14

9,54

7,2

Идем пиши

старше

ТТк 36

Напиток Каркаде

200

74

6

1,4

14,8

Идем пиши

старше

Хлеб Дарницкий

30

68,4

1,95

0,36

12,03

Идем пиши

взр

Ек-2011

Пирожок с повидлом

70

114,10

4,20

3,40

12,40

Идем пиши

2 лет

242/08

Картофельное пюре с морковью

150

254,33

2,06

3,46

22,1

Идем пиши

старше

ТТк №139

Зразы ленивые

90

244,5

12,57

13,21

27,15

Идем пиши

старше

300/08

Чай с сахаром

200

48,64

0,12

0

12,4

Идем пиши

старше

229/08

Хлеб Дарницкий

30

68,4

1,95

0,36

12,03

Идем пиши

взр

229/08

Горошек зеленый консервированный отварной

60

46,91

1,88

1,98

4,21

Идем пиши

2 лет

229/08

Горошек зеленый консервированный отварной

530

662,78

18,58

19,01

77,89

Идем пиши

взр

229/08

Горошек зеленый консервированный отварной

530

662,78

18,58

19,01

77,89

Идем пиши

2 лет

229/08

Горошек зеленый консервированный отварной

530

662,78

18,58

19,01

77,89

Идем пиши

старше

229/08

Горошек зеленый консервированный отварной

530

662,78

18,58

19,01

77,89

Идем пиши

взр

229/08

Горошек зеленый консервированный отварной

530

662,78

18,58

19,01

77,89

Идем пиши

2 лет

229/08

Горошек зеленый консервированный отварной

530

662,78

18,58

19,01

77,89

Идем пиши

старше

229/08

Горошек зеленый консервированный отварной

530

662,78

18,58

19,01

77,89

Идем пиши

взр

229/08

Горошек зеленый консервированный отварной

530

662,78

18,58

19,01

77,89

Идем пиши

Завтрак 12 лет и старше	227/08	Вермишель отварная	150	211,1	5,52	5,3	30,25
	ТТК103-22	Котлета "Волжская"	90	177,7	10,25	9,48	22,3
	300/08	Чай с сахаром	200	48,64	0,12	0	12,4
		Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03
	ТТК9/01	Булочка "Витая"	70	118,1	4,4	7	15,4
			540	623,94	22,24	22,14	92,38
Завтрак 12 лет и старше	ТТК 700/12	Картофель печеный	150	192	2,8	9,5	23,4
	209/08	Котлета куриная	90	227,25	13,74	11,06	27,38
	300/08	Чай с сахаром	200	48,64	0,12	0	12,4
		Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03
	229/08	Горошек зеленый консервированный отварной	60	46,91	1,88	1,98	4,21
			530	583,2	20,49	22,9	79,42
Завтрак 12 лет и старше	241/08	Картофельное пюре	150	160,46	3,19	6,06	23,3
	209/08	Шницель куриный	90	227,25	13,74	15,06	15,33
	300/08	Чай с сахаром	200	48,64	0,12	0	12,4
		Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03
		Хлеб пшеничный	30	67,8	2,28	0,27	14,91
			500	572,55	21,28	21,75	77,97
Завтрак 12 лет и старше	219/08	Каша гречневая рассыпчатая	150	263,81	8,73	5,43	45
	ТТК-100-22	Биточек "Колобок"	90	201,6	11,02	13,3	12,17
	300/08	Чай с сахаром	200	48,64	0,12	0	12,4
		Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03
	246/08	Огурцы свежие	60	8,4	0,48	0,06	1,98
			530	590,85	22,3	19,15	83,58
Завтрак 12 лет и старше	225/08	Рис припущенный	150	215,06	3,72	5,45	37,77
	178/08	Голубцы ленивые	90	95,59	10,9	6,02	4,44
	300/08	Чай с сахаром	200	48,64	0,12	0	12,4
		Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03
	ТТК №139	Турбинка песочная	40	186,9	3,03	8,17	26,54
			510	614,59	19,72	20	93,18