

Утверждаю:



Директор ООО "БК КОП"

Выжжина

Примерное меню

Завтрак для учащихся 1-4 классов Тацинского района из расчета 84,38 рублей на 2026 учебный год.

Сборник рецептов блюд для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004г, ТТК.

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	ККАЛ	В 1	С	А	Са	Р	Mg	Fe
1 неделя													
Понедельник													
ТТК-49	Птица тушеная с овощами	75\25	17,12	16,2	5,34	163,38	0,1	4,06	17,27	24,41	123,91	63,84	1,05
373-2004	Макароны отварные	150	5,63	4,43	35,9	206,54	0,06	0	18,5	12,06	41,21	7,23	0,74
214-2004	Капуста тушеная	60	1,48	1,76	5,84	45,4	0,01	11,6	51,6	28,8	21,2	10,8	0,4
685-2004	Чай с сахаром	180\9	0,18	0	13,53	54,99	0	0,04	0,3	4,5	7,2	3,8	0,73
Пром.	Хлеб пшеничный	26	2,18	0,29	13,26	64,99	0,03	0	0	6,31	17,85	3,84	0,3
	Итого:	525	26,59	22,68	73,87	535,3	0,2	15,7	87,67	76,08	211,37	89,51	3,22
Вторник													
ТТК-167	Котлета рубл.из птицы с соусом том.	75\44	12,73	14,1	12,21	227,31	0,11	0,01	40,7	15,82	121,76	20,19	1,45
ТТК-166	Картофельное пюре	150	3,18	6,83	22,12	165,02	0,13	10,33	24,13	39,51	85,11	28,38	1,06
Табл.32	Свекла отварная	60	0,62	0	3,9	18,71	0,01	2,28	0,68	19	22	11	0,7
485-2004	Чай с сахаром	180\9	0,18	0	13,53	54,99	0	0,04	0,3	4,5	7,2	3,8	0,73
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	0,03	0	0	6	19,5	4,2	0,33
	Итого:	542	19,08	21,23	66,25	537,03	0,28	12,66	65,81	84,83	255,57	67,57	4,27