



Для обучающихся 5-11 кл.

Школа  Отд./корп  День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гастр	14	Масло сливочное крестьянское	10	8,9	75	0,1	8,3	0,1
	творожен	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	220/80	22,1	209,8	11,6	11	17,2
	3 блюдо	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	5	134	2,9	2,5	24,8
	хлеб черн.		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,5	58,7	2	0,4	11,9
	хлеб бел.		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	211,2	4,2	0,4	47,7
			<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>580</b>	<b>38,5</b>	<b>688,70</b>	<b>20,8</b>	<b>22,2</b>	<b>139</b>
Обед	овощи натур	70	Овощи натуральные свежие помидоры	100	4	19,7	1	0,2	3,5
	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты с картофелем	250	4,5	80	2,8	4,1	7,6
	2 блюдо	291	Плов из птицы	100/300	31	327	19,2	21	15,4
	3 блюдо	344	Компот из свежих яблок	200	5	108,5	0,2	0,2	26,7
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	50	1	211,2	4,2	0,4	47,7
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	50	1,5	97,8	3,3	0,6	19,8
			<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>950</b>	<b>47</b>	<b>844,2</b>	<b>30,7</b>	<b>46,3</b>	<b>120,7</b>
			<b>Итого за день</b>	<b>1540</b>	<b>85,5</b>	<b>1532,90</b>	<b>51,5</b>	<b>68,5</b>	<b>259,7</b>

2015 год. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под редакцией Тутельян В.А. И Могильный М.П.

Зав.производством *Акишина* М.А. Акишина

Экономист по ценам Л.А. Миргородская