

Для обучающихся 5-11 кл.

Школа Отд./корп

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	овощи нат	70	Соленые помидоры	100	4,5	19,7	1	0,2	3,5
			2 блюдо	234	100/50	22,6	146	12,8	7,3
	гарнир	125	Картофель отварной с маслом сливочным	180	6,4	167,9	3,3	5,7	25,9
Обед	овощи нат	71	Соленые огурцы	100	4,5	13,6	0,8	0,1	2,4
			1 блюдо	108	250	4,15	139,3	3,6	5
	2 блюдо	268	Суп картофельный с клецками	100/10	29,85	260	15,1	15,6	16,3
			268	Биточки из рубленые из говядины с маслом сливочным	180	5	300,8	10,2	8,3
	гарнир	171	Каша гречневая рассыпчатая	200	3	120,5	0,4	0	24,8
	3 блюдо	349	Компот из смеси сухофруктов	50	1	211,2	4,2	0,4	47,7
	хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,5	97,8	3,3	0,6	19,8
хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	97,8	3,3	0,6	19,8	
Итого за прием пищи:				900	49	1144,2	37,4	30	182,9
Итого за день				1610	89	1850,7	61,4	44,4	306,7
2015 год. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях									
под редакцией Тутельян В.А. И Могильный М.П.									
Зав.производством <i>Акишина</i> М.А. Акишина									
Экономист по ценам Л.А. Миргородская									