

Для обучающихся 5-11 кл.

Школа  Отд./корп  День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гастроном	15	Сыр Российский	15	9	54,5	3,5	4,5	0,0	
	гастроном	14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	10	10	75	0,1	8,3	0,1	
	Каши молочн	222	Каша вязкая молочная из риса с маслом сливочным	220/20	13,5	296,3	6	7,2	52	
	3 блюдо	379	Кофейный напиток с молоком	200	5	97,9	2,9	2,1	16,7	
	хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	211,2	4,2	0,4	47,7	
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,5	58,7	2	0,4	11,9	
	<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>545</b>	<b>40</b>	<b>793,5</b>	<b>18,6</b>	<b>22,8</b>	<b>128,4</b>
Обед	овощи нат	71	Соленые огурцы	100	4,5	13,6	0,8	0,1	2,4	
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	250	5,6	131,7	4,8	5,4	16,1	
	2 блюдо	295	Биточки рубленные из филе птицы с маслом сливочным	100/10	27,4	287,8	15,7	193,5	12,5	
	гарнир	203	Макароны отварные	180	5	200	6,5	0,8	41,7	
	3 блюдо	342	Компот из свежих яблок	200	4	115	0,2	0,1	27,8	
	хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	211,2	4,2	0,4	47,7	
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	97,8	3,3	0,6	19,8	
	<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>920</b>	<b>49</b>	<b>1058,2</b>	<b>35,2</b>	<b>26,8</b>	<b>168,8</b>
	<b>Итого за день</b>				<b>1485</b>	<b>89</b>	<b>1851,7</b>	<b>49,7</b>	<b>49,6</b>	<b>296,9</b>
	2015 год. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях									
под редакцией Тутельян В.А. И Могильный М.П.										
Зав.производством		М.А. Акишина								
Экономист по ценам		Л.А. Миргородская								