



Для обучающихся 5-11 кл.

Школа Отд./корп День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак			Запеканка рисовая с творогом со сгущенным молоком	220/80	32.5	647.5	18.8	20.3	98.1	
	бл. из творога	188								
	Зблюдо	382	Какао с молоком	200	5	134	2.9	2.5	24.8	
	хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	211,2	4,2	0,4	47,7	
			ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.5	58,7	2	0,4	11,9	
			Итого за прием пищи:	580	40	1051.3	27.8	23.6	182.5	
Обед	овощи натур	71	Свежие помидоры	100	4.5	19.7	1	0.2	3.5	
	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский	250	4.4	114.7	2.1	5.2	14.9	
	2 блюдо	229	Рыба Минтай, припущенная с маслом сливочным	100\10	27.1	191.2	13	10.6	11	
	гарнир	128	Картофельное пюре	180	6.5	217.8	3.9	11.5	22.7	
	3 блюдо	388	Напиток из плодов шиповника	200	4	169.2	3.7	6.5	24.4	
	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	
				Итого за прием пищи:	940	49	913.3	28.1	23.8	147.1
				Итого за день	1520	89	1964.6	55.9	47.4	329.6
	2015 год. Сборник рецептур 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								