



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
			Итого за прием пищи:	580	38,5	688,70	20,8	22,2	139
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
			Итого за прием пищи:	950	47	844,2	30,7	46,3	120,7
		Итого за день	1540	85,5	1532,90	51,5	68,5	259,7	
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							