

Для детей участника СВО

Школа  Отд./корп  День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	овощи	71	Соленые огурцы	100	4,5	12	0,1	0,1	1,9
	гастрон	14	Масло сливочное порцион	10	9	66	0,1	7,2	0,1
	2 блюдо	295	Котлеты рубленные из бройлер цыплят с соусом сметанным с томатом	100/80	39,36	241,7	14,1	18,4	15,7
	гарнир	171	Каша гречневая рассыпчатая	200	6	336	10,6	11,5	47,8
	3 блюда	377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	4	49,5	0,4	0	11,7
	хлеб рж		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	129	4,3	1,65	21,25
	хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,85	116,9	3,95	0,5	24,2
	фрукты		Яблоко свежее колиброванное	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7
			<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>962</b>	<b>88,66</b>	<b>1020,6</b>	<b>34,15</b>	<b>39,95</b>	<b>137,35</b>
	Обед	Овощи натур	71	Соленые помидоры	100	4,5	12	0,1	0,1
1 блюдо		82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	5	102	1,8	5	12,3
	2 блюдо	274	Зразы рубленные из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	100/80	39,76	224	11,6	13,5	13,8
гарнир	310	Картофель отварной с маслом сливочным	200	9,6	189	3,6	7,1	25,2	
3 блюдо	388	Напиток из плодов шиповника	200	4	88,2	0,7	0,3	26,9	
хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,85	116,9	3,95	0,5	24,2	
хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	129	4,3	1,65	21,25	
фрукты		Яблоко свежее колиброванное	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7	
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1140</b>	<b>88,66</b>	<b>930,6</b>	<b>26,65</b>	<b>28,75</b>	<b>140,25</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>Всего за день:</b>	<b>2102</b>	<b>177,32</b>	<b>1951,2</b>	<b>60,8</b>	<b>68,7</b>	<b>277,6</b>	

2015 год. Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учр

под редакцией Тутельян В.А. И Могильный М.П.

Зав.производством *Акишина* М.А. Акишина

Экономист по ценам Л.А. Миргородская