



**МЕНЮ
ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ**
дети с ограниченными возможностями здоровья и дети из многодетных семей

Школа Отд./корп День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	овощи нат	71	Соленые огурцы	100	4,5	13,6	0,8	0,1	2,4
	2 блюдо	295	Голубцы любительские с соусом сметан/томатным	100/60	20,44	154,3	8,8	7,7	13,3
			Каша пшеничная рассыпчатая	180	3,06	273,2	7,9	6,5	46
	3 блюда	349	Компот из смеси сухофруктов	200	3	120,5	0,4	0	29,8
			Хлеб ржан		30	1,5	58,7	2	0,4
	хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	211,2	4,2	0,4	47,7
	Фрукты		Яблоко свежее колиброванное	200	6,5	94	0,8	0,8	19,6
			Итого за прием пищи:	920	40	786,5	24,9	15,9	170,7
	Обед	Овощи натур	70	Соленые помидоры	60	4,5	14	0,7	0,1
1 блюдо		82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	4,15	102	1,8	5	12,3
			2 блюдо	274	Зразы рубленные из мяса с соусом сметанным с томатом	90/70	27,35	224	11,6
гарнир		310	Картофель отварной с маслом сивочным	180	6,5	189	3,6	7,1	25,2
3 блюдо		388	Напиток из шиповника	200	4	180	3,6	7	25,2
			хлеб рж		50	1,5	129	4,3	1,65
хлеб пшен			50	1	116,9	3,95	0,5	24,2	
			Итого за прием пищи:	960	49	954,9	29,55	34,85	124,15
			Всего за день:	1880	89	1741,4	54,45	50,75	294,85

2015 год. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных
под редакцией Тутельян В.А. И Могильный М.П.
Зав.производством *Л.А.* М.А. Акишина
Экономист по ценам Л.А. Миргородская