

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 блюда | 295 | Голубцы любительские с соусом сметан/томатным | 100/60 | 20,44 | 154,3 | 8,8 | 7,7 | 13,3 |
| | гарнир | 171 | 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 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 1,5 | 58,7 | 2 | 0,4 | 11,9 |
| | 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 | 2,2 |
| | 1 блюдо | 82 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 250/10 | 4,15 | 102 | 1,8 | 5 | 12,3 |
| | 2 блюда | 274 | Зразы рубленные из мяса с соусом сметанным с томатом | 90/70 | 27,35 | 224 | 11,6 | 13,5 | 13,8 |
| | гарнир | 310 | Картофель отварной с маслом сивочным | 180 | 6,5 | 189 | 3,6 | 7,1 | 25,2 |
| | 3 блюда | 388 | Напиток из шиповника | 200 | 4 | 180 | 3,6 | 7 | 25,2 |
| | хлеб рж | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 1,5 | 129 | 4,3 | 1,65 | 21,25 |
| | хлеб пшен | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 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 *И.В.* М.А. Акишина
Экономист по ценам Л.А. Миргородская