



**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		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
			<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>920</b>	<b>40</b>	<b>786,5</b>	<b>24,9</b>	<b>15,9</b>	<b>170,7</b>
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
			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 блюдо	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
		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>960</b>	<b>49</b>	<b>954,9</b>	<b>29,55</b>	<b>34,85</b>	<b>124,15</b>	
		<b>Всего за день:</b>	<b>1880</b>	<b>89</b>	<b>1741,4</b>	<b>54,45</b>	<b>50,75</b>	<b>294,85</b>	

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