

Для обучающихся 5-11 кл.

Школа Отд./корп День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гастроном	15	Сыр Российский	15	9	54,5	3,5	4,5	0,0	
			Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	10	9	75	0,1	8,3	0,1	
	гастроном	14	Каша вязкая молочная из риса с маслом сливочным	220/20	14,5	296,3	6	7,2	52	
				Каши молочн	222					
	3 блюдо	379	Кофейный напиток с молоком	200	5	97,9	2,9	2,1	16,7	
				хлеб пшен			50	1	211,2	4,2
	хлеб ржан			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,5	58,7	2	0,4	11,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ										
Итого за прием				545	40	793,5	18,6	22,8	128,4	
Обед	овощи нат	71	Свежие огурцы	100	4,5	13,6	0,8	0,1	2,4	
			1 блюдо	102		250	3,6	131,7	4,8	5,4
	2 блюдо	295	Суп картофельный с бобовыми	100/10	29,4	287,8	15,7	193,5	12,5	
				Биточки рубленные из филе птицы с маслом сливочным						
	гарнир	203	Макароны отварные	180	5	200	6,5	0,8	41,7	
				3 блюдо	342		200	4	115	0,2
	хлеб пшен			Компот из свежих яблок	50	1	211,2	4,2	0,4	47,7
				ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ			50	1,5	97,8	3,3
	хлеб ржан			ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	97,8	3,3	0,6	19,8
				ХЛЕБ РЖАНОЙ						
Итого за прием пищи:				920	49	1058,2	35,2	26,8	168,8	
Итого за день				1485	89	1851,7	49,7	49,6	296,9	

2015 год. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях

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

Зав.производством

Экономист по ценам