



Для обучающихся 5-11 кл.

Школа Отд./корп День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гастр	14	Масло сливочное	10	9	75	0.1	8.3	0.1
	творожен	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	220/80	23.5	209.8	11.6	11	17.2
			КАКАО С МОЛОКОМ	200	5	134	2.9	2.5	24.8
	3 блюдо	382	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.5	58.7	2	0.4	11.9
	хлеб ржан		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	211,2	4,2	0,4	47,7
	хлеб пшен		Итого за прием пищи:	580	40	688.70	20.8	22.2	139
	овощи натур	70	Свежие помидоры	100	4.5	19.7	1	0.2	3.5
Обед	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты с картофелем	250	4	80	2.8	4.1	7.6
	2 блюдо	291	Плов из птицы	100/300	33	327	19.2	21	15.4
	3 блюдо	344	Компот из свежих яблок	200	5	108.5	0.2	0.2	26,7
	хлеб пшен		Хлеб пшеничный	50	1	211,2	4,2	0,4	47,7
	хлеб ржан		Хлеб ржаной	50	1.5	97,8	3,3	0,6	19,8
			Итого за прием пищи:	950	49	844.2	30.7	46.3	120.7
			Итого за день	1540	89	1532.90	51.5	68.5	259.7
2015 год. Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях									
под редакцией Тутельян В.А. и Могильный М.П.									
Зав.производством		М.А. Акишина							
Экономист по ценам		Л.А. Миргородская							