



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		<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>580</b>	<b>40</b>	<b>688.70</b>	<b>20.8</b>	<b>22.2</b>	<b>139</b>
	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
			<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>950</b>	<b>49</b>	<b>844.2</b>	<b>30.7</b>	<b>46.3</b>	<b>120.7</b>
	<b>Итого за день</b>				<b>1540</b>	<b>89</b>	<b>1532.90</b>	<b>51.5</b>	<b>68.5</b>
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						