

Утверждаю  
директор С.П.Максимова



Школа  Отд./корп  День

| Прием пищи          | Раздел      | № рец. | Блюдо                            | Выход, г   | Цена  | Калори<br>йность | Белк<br>и | Жиры  | Углеводы |
|---------------------|-------------|--------|----------------------------------|------------|-------|------------------|-----------|-------|----------|
| Завтрак             | гор.блюдо   | 302    | Каша пшеничная                   | 200        | 5,06  | 226,00           | 18,44     | 9,14  | 21,03    |
|                     | гор.напиток | 686    | Чай с сахаром                    | 200        | 1,31  | 59,00            | 0,26      | 0,06  | 15,22    |
|                     | хлеб        |        | Хлеб пшеничный                   | 50         | 2,16  | 119,00           | 3,8       | 0,4   | 24,3     |
|                     |             | 61     | Салат из моркови с яблоками      | 60         | 3,76  | 62               | 0,9       | 3,05  | 3,96     |
| Завтрак 2           | фрукты      |        |                                  |            |       |                  |           |       |          |
|                     |             |        |                                  |            |       |                  |           |       |          |
| Обед 1-4<br>классы  | закуска     |        | Салат из огурцов свежих          | 60         | 7,03  | 12               | 0,48      | 0,12  | 3,12     |
|                     | 1 блюдо     | 139    | суп картофельный с горохом       | 200        | 13,58 | 118              | 4,71      | 3,73  | 15,96    |
|                     | 2 блюдо     | 493    | птица тушенная в сметанном соусе | 100(60/40) | 28,24 | 220              | 14,28     | 19,35 | 7,27     |
|                     | гарнир      | 516    | макаронные изделия отварные      | 150        | 7,20  | 211              | 5,32      | 4,89  | 35,52    |
|                     | сладкое     |        |                                  |            |       |                  |           |       |          |
|                     | хлеб черн.  |        | хлеб ржаной                      | 60         | 2,93  | 126              | 2,82      | 0,60  | 0,60     |
|                     | гор.напиток | 79     | чай с фруктовым соком            | 200        | 7,74  | 95               | 0,34      | 0,02  | 24,53    |
| Обед 5-11<br>классы | закуска     |        | Салат из свежих огурцов          | 60         | 7,03  | 12               | 0,48      | 0,12  | 3,12     |
|                     | 1 блюдо     |        |                                  |            |       |                  |           |       |          |
|                     | 2 блюдо     | 493    | птица тушенная в сметанном соусе | 100(60/40) | 28,24 | 220              | 14,28     | 19,35 | 7,27     |
|                     | гарнир      | 516    | макаронные изделия отварные      | 250        | 12,75 | 211              | 5,32      | 4,89  | 35,52    |
|                     | сладкое     |        |                                  |            |       |                  |           |       |          |
|                     | хлеб черн.  |        | хлеб ржаной                      | 60         | 2,93  | 126              | 2,82      | 0,60  | 0,60     |
|                     | гор.напиток | 79     | чай с фруктовым соком            | 200        | 7,74  | 95               | 0,34      | 0,02  | 24,53    |