

ЗАВТРАК (5-11кл)

сборник 2004г № рец.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,г	ЭЦ ккал	Цена
№ 302. таб №4	Каша манная молочная с маслом	300	12,60	10,08	69,48	420,00	31,47
№ 685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,66	26,40	4,35
порционно	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,42	1,71	82,25	4,98
порционно	Хлеб Дарницкий	20	1,32	0,24	0,24	34,80	3,20
	Итого:	555	16,76	10,78	85,09	563,45	44,00



ЗАВТРАК (1 - 4 кл)
ПЛАТНЫЙ ЗАВТРАК (5-11кл)

сборник 2004г № рец.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
№ 492	Плов из мяса курицы	250	13,70	20,40	37,30	391,00	83,63
№ 685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,66	26,40	5,50
порционно	Хлеб пшеничный	33	2,50	0,39	1,61	77,55	4,81
порционно	Хлеб Дарницкий	20	1,32	0,24	0,24	34,80	3,66
порционно	Фрукты свежие (груша)	120	0,69	0,55	18,20	87,43	68,40
	ИТОГО:	623	18,39	21,62	71,01	617,18	166,00



Льготный обед (с 1 по 11 кл)

сборник 2004г № реп.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,г	ЭЦ ккал	Цена
№ 31	Салат из свежего редиса с яйцом	100	1,72	7,04	6,38	95,00	71,15
№ 140	Суп картофельный с макаронами	250	2,70	2,60	18,90	111,00	26,82
сбр 2001 №214	Картофель отварной с зеленью	180	4,24	6,38	33,47	170,12	35,57
№ 391	Тефтели рыбные из горбуши	100	24,25	17,40	13,05	290,65	72,17
сбр 2001 №252	Компот из черной смородины	200	0,31	0,07	18,09	74,17	17,40
порционно	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,36	1,47	70,50	4,29
порционно	Хлеб Дарницкий	25	1,65	0,25	0,30	43,50	4,60
порционно	Кондитерское изделие (печенье)	50	3,75	9,50	72,15	230,00	16,00
	итого:	935	40,90	43,60	163,81	1084,94	248,00



ПЛАТНЫЙ ОБЕД (1-11кл)

Сборник 2004г № реп.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
стр 70-71	Огурец свежий порционно	70	0,72	0,07	1,75	9,80	42,60
№ 140	Суп картофельный с макаронами	250	2,70	2,60	18,90	111,00	26,82
сбр 2001 №214	Картофель отварной с зеленью	180	4,24	6,38	33,47	170,12	35,57
№ 391	Тефтели рыбные из горбуши	100	24,25	17,40	13,05	290,65	72,17
сбр 2001 №252	Компот из черной смородины	200	0,31	0,07	18,09	74,17	17,40
порционно	Хлеб пшеничный	26	1,97	0,31	1,27	61,10	3,78
порционно	Хлеб Дарницкий	20	1,32	0,24	0,24	34,80	3,66
	Итого:	846	35,51	27,07	86,77	751,64	202,00

