

Льготный обед (с 1 по 11 кл.)

сборник 2004г № рец.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
стр 70-71	Огурец свежий порционно	100	0,80	0,10	2,50	14,00	65,65
сбр 2008 №93	Суп любительский с крупой (гречка)	250	5,90	2,60	25,30	149,00	30,02
№ 520	Пюре картофельное на молоке	180	4,10	5,50	26,90	176,00	44,35
№ 485	Голубцы ленивые ,соус томатный	100	6,26	6,21	4,85	124,00	77,39
сбр 2001 №254	Компот из вишни	200	0,16	0,00	14,99	50,64	26,55
порционно	Хлеб пшеничный	36	2,73	0,43	1,76	34,60	6,81
порционно	Хлеб Дарницкий	30	1,98	0,30	0,36	52,20	7,23
	итого:	896	21,93	15,14	76,66	660,44	258,00



ЗАВТРАК (5-11кл)

сборник 2004г № рец.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
№ 302. таб №4	Каша пшеничная молочная с маслом	205	7,36	6,00	42,64	254,40	31,25
№ 685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,66	26,40	4,40
порционн	Хлеб пшеничный	22	1,67	0,26	1,07	51,70	3,99
порционн	Хлеб Дарницкий	20	1,32	0,24	0,24	34,80	4,36
	итого:	447	10,53	6,54	57,61	367,30	44,00



ПЛАТНЫЙ ЗАВТРАК (5-11кл)

сборник 2004г № рец.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,г	ЭЦ ккал	Цена
№ 302. таб №4	Каша пшеничная молочная с маслом	250	9,20	7,50	53,30	318,00	40,36
сбр 2001 №281	Булочка домашняя с сахаром	80	12,16	29,44	38,18	291,54	42,67
№ 693	Какао с молоком с сахаром	200	3,90	3,80	25,10	132,00	28,23
порционн	Хлеб пшеничный	34	2,58	0,40	1,66	79,90	6,42
порционн	Хлеб Дарницкий	20	1,32	0,24	0,24	34,80	4,82
порционн	Фрукты свежие (яблоко)	150	0,60	0,60	13,50	70,50	49,50
	итого:	734	29,76	41,98	131,98	926,74	172,00



ПЛАТНЫЙ ОБЕД (1-11кл)

сборник 2004г № рец.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
стр 70-71	Огурец свежий порционно	70	0,56	0,07	1,75	9,80	46,15
сбр 2008 №93	Суп любительский с крупой (гречка)	250	5,90	2,60	25,30	149,00	30,02
№ 520	Пюре картофельное на молоке	180	4,10	5,50	25,90	176,00	44,35
№ 485	Голубцы ленивые ,соус томатный	100	6,26	6,21	4,85	124,00	77,39
№ 685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,66	26,40	5,55
порционно	Хлеб пшеничный	22	1,67	0,26	1,07	51,70	4,21
порционно	Хлеб Дарницкий	18	1,18	0,18	0,21	31,32	4,33
	ИТОГО:	840	19,85	14,86	73,74	568,22	212,00

