ЗАВТРАК (1 - 4 кл)

ПЛАТНЫЙ ЗАВТРАК (5-11кл)

сборник 2004г № рец.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
№ 160	Суп молочный с макаронами	250	6,97	7,65	23,82	195,10	45,40
№ 337	Яйцо отварное	40	4,80	4,10	0,28	56,60	26,00
№ 684,686	Чай с лимоном с сахаром	200	0,45	0,10	0,29	27,60	12,40
порционно	Хлеб пшеничный	29	2,20	0,29	0,34	68,15	5,48
порционно	Хлеб Дарницкий	20	1,32	0,24	0,24	34,80	4,82
порционно	Фрукты свежие (банан)	190	2,93	0,47	38,95	197,68	77,90
	итого:	729	18,67	12,85	63,92	579,93	172,00

ЗАВТРАК 5-11 кл

сборник 2004г № рец.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
№ 302. таб №4	Каша кукурузная молочная с маслом	205	6,69	4,26	53,04	258,37	30,96
№ 685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,66	26,40	4,40
порционно	Хлеб пшеничный	24	1,82	0,28	1,17	56,40	4,28
порционно	Хлеб Дарницкий	20	1,32	0,24	0,24	34,80	4,36
	итого:	449	10,01	4,82	68,11	375,97	44,00

ПЛАТНЫЙ ОБЕД (1-11кл)

сборник 2004г № рец.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
стр 70-71	Помидор свежий порционно	50	0,55	0,10	1,85	11,50	33,80
№ 110	Борщ из свежей капусты со сметаной	260	2,00	5,50	12,30	106,00	27,81
№ 520	Пюре картофельное на молоке	180	4,10	5,50	26,90	176,00	44,35
сбр 2001 №192	Курица отварная порционно	100	26,00	26,02	1,38	346,68	89,73
№ 685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,66	26,40	5,55
порционно	Хлеб пшеничный	31	2,35	0,37	1,51	72,85	5,94
порционно	Хлеб Дарницкий	20	1,32	0,24	0,24	34,80	4,82
	итого:	841	36,50	37,77	57,84	774,23	212,00

ЛЬНЫЙ ОБЕД (с 1 по 11 кл)

сборник 2004г № рец.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
№ 22	Салат из свежих помидоров с зеленью	100	1,40	14,20	10,90	142,00	76,58
№ 110	Борщ из свежей капусты со сметаной	260	2,00	5,50	12,30	106,00	27,81
№ 520	Пюре картофельное на молоке	180	4,10	5,50	26,90	176,00	44,35
сбр 2001 №192	Курица отварная порционно	100	26,00	26,02	1,38	346,68	89,73
№ 685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,66	26,40	5,55
порционно	Хлеб пшеничный	23	1,74	0,27	1,12	54,05	4,39
порционно	Хлеб Дарницкий	20	1,32	0,24	0,24	34,80	4,82
порционно	Кондитерское изделие (сушки)	15	1,59	0,18	10,68	51,00	4,77
	итого:	898	38,33	51,95	77,18	936,93	258,00