

Школа Миллеровский район с 7-11 лет и с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
130	Омлет натуральный. <small>айдо куриное, молоко с мдэс 2,5%, масло сливочное</small>	ЭЦ-136, Бел-12, Жир-23, Угл-2		210
25	Горошек овощной (консервированный).	ЭЦ-10, Бел-1, Угл-2		131
200	Кофейный напиток. <small>сахар, кофейный напиток</small>	ЭЦ-80, Угл-20		379
30	Хлеб пшеничный	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
5	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-33, Жир-4		14
Итого за Завтрак			61-01	
Обед				
200	Щи из свежей капусты с картофелем. <small>капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, петрушка (зелень), помид</small>	ЭЦ-72, Бел-1, Жир-4, Угл-6		88
80	Рыба, тушенная в томате с овощами <small>лещик, морковь, помид , лук репчатый, масло растительное, кислота лимонная, сахар</small>	ЭЦ-84, Бел-8, Жир-4, Угл-3		229
120	Картофельное пюре с маслом <small>картофель, молоко с мдэс 2,5%, масло сливочное</small>	ЭЦ-150, Бел-3, Жир-7, Угл-17		128
35	Икра кабачковая.	ЭЦ-42, Бел-1, Жир-3, Угл-3		57
200/15/7	Чай с сахаром и лимоном. <small>сахар, лимон, чай черный</small>	ЭЦ-62, Угл-15		377
20	Хлеб пшеничный	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
30	Хлеб ржано-пшеничный	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
Итого за Обед			90-00	
Льготная категория питающихся (5-11кл) по 30,39р				
200	Щи из свежей капусты с картофелем. <small>капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, петрушка (зелень), помид</small>	ЭЦ-72, Бел-1, Жир-4, Угл-6		88
200/15/7	Чай с сахаром и лимоном. <small>сахар, лимон, чай черный</small>	ЭЦ-62, Угл-15		377
20	Хлеб пшеничный	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
30	Хлеб ржано-пшеничный	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
Итого за день			181-40	
Итого за день			30-39	
Итого за день			30-39	

Руководитель
МБОУ(МБДО
У) _____

Повар _____

ИП Шникова

