

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

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цев. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
Завтрак				
55	Колбаса отварная (порциями)	ЭЦ-141, Бел-7, Жир-12, Угл-1		16
120	Каша рассыпчатая пшеничная с маслом <i>крупа пшеничная, масло сливочное</i>	ЭЦ-192, Бел-5, Жир-6, Угл-28		171
25	Салат из свеклы отварной с растительным маслом. <i>свекла, масло растительное.</i>	ЭЦ-23, Жир-2, Угл-2		52
200/15/7	Чай с сахаром и лимоном. <i>сахар, лимон, чай черный</i>	ЭЦ-62, Угл-15		377
30	Хлеб пшеничный	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
Итого за Завтрак		ЭЦ-510, Бел-15, Жир-21, Угл-62	61-01	
Обед				
200	Суп картофельный с горохом . <i>картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное., петрушка (корень)</i>	ЭЦ-439, Бел-6, Жир-39, Угл-12		102
70	Птица тушеная в соусе сметанном/ <i>филе цб, сметана, мука пшеничная высшего сорта, масло растительное.</i>	ЭЦ-107, Бел-8, Жир-7, Угл-2		290
120	Каша рассыпчатая гречневая с маслом <i>крупа гречневая, масло сливочное</i>	ЭЦ-228, Бел-7, Жир-7, Угл-33		171
35	Салат из квашеной капусты <i>капуста квашеная, лук репчатый, сахар, масло растительное.</i>	ЭЦ-30, Бел-1, Жир-2, Угл-3		47
200	Компот из смеси <i>сахар, сухофрукты, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
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		ЭЦ-1 132, Бел-28, Жир-57, Угл-118	90-00	
Льготная категория питающихся (5-11кл) по 30,39р				
200	Суп картофельный с горохом . <i>картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло растительное., петрушка (корень)</i>	ЭЦ-439, Бел-6, Жир-39, Угл-12		102
200	Компот из смеси <i>сахар, сухофрукты, кислота лимонная.</i>	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42		349
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		ЭЦ-2 409, Бел-55, Жир-119, Угл-258	181-40	

Руководитель
МБОУ(МБДО

У/

Повар

ИП Шаповалов

Н.Н.

