

**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
<b>Завтрак</b>				
70	<b>Птица отварная с соусом.</b> <small>цельнок-бройлер, сметана, мука пшеничная высшего сорта, лук репчатый, петрушка (корень)</small>	ЭЦ-265, Бел-17, Жир-21, Угл-1		288
120	<b>Рис припущенный</b> <small>крупа рисовая, масло сливочное</small>	ЭЦ-160, Бел-3, Жир-3, Угл-29		305
200/15/7	<b>Чай с сахаром и лимоном.</b> <small>сахар, лимон, чай черный</small>	ЭЦ-62, Угл-15		377
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15		560
5	<b>Масло сливочное ( порциями)</b>	ЭЦ-33, Жир-4		14
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>61-01</b>	
<b>Обед</b>				
200	<b>Борщ с капустой и картофелем..</b> <small>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, помидор, масло растительное, петрушка (корень), сахар</small>	ЭЦ-82, Бел-1, Жир-4, Угл-10		82
60	<b>Сосиски отварные .</b>	ЭЦ-179, Бел-6, Жир-17		243
120	<b>Каша рассыпчатая перловая с маслом.</b> <small>крупа перловая, масло сливочное</small>	ЭЦ-271, Бел-1, Жир-27, Угл-5		171
35	<b>Салат из свеклы отварной с растительным маслом.</b> <small>свекла, масло растительное.</small>	ЭЦ-32, Жир-2, Угл-3		52
200	<b>Сок фруктовый или ягодный .</b>	ЭЦ-85, Бел-1, Угл-20		389
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
<b>Итого за Обед</b>			<b>90-00</b>	
<b>Льготная категория питающихся (5-11кл) по 30,39р</b>				
200	<b>Борщ с капустой и картофелем..</b> <small>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, помидор, масло растительное, петрушка (корень), сахар</small>	ЭЦ-82, Бел-1, Жир-4, Угл-10		82
200	<b>Сок фруктовый или ягодный .</b>	ЭЦ-85, Бел-1, Угл-20		389
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10		560
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25		527
<b>Итого за день</b>			<b>30-39</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>181-40</b>	

Руководитель  
МБОУ(МБДО  
У) \_\_\_\_\_Повар  
\_\_\_\_\_ИП Школьник  
Н.И.  
\_\_\_\_\_