

ЗАВТРАК (5-11кл)

(сахарный диабет, стол №9)

сборник 2004г № рец.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
стр 70-71	Помидор свежий порционно	80	0,88	0,16	2,96	18,40	32,80
№ 520	Пюре картофельное на молоке	180	4,10	5,50	26,90	176,00	30,25
№ 485	Голубцы ленивые с маслом	100	6,26	6,21	4,85	124,00	75,85
№ 639	Компот из смеси сухофруктов (без сахара)	200	1,00	0,10	10,20	70,00	6,50
	Хлеб Дарницкий	49	3,23	0,58	0,58	85,26	6,60
	итого:	609	15,47	12,55	45,49	473,66	152,00



Льготный обед (с 1 по 11 кл)

сборник 2004г № рец.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
ст 70-71	Огурец свежий порционно	100	0,80	0,10	2,50	14,00	40,40
№ 139	Суп гороховый с картофелем	250	5,60	4,10	17,80	132,00	20,38
№ 297. таб №4	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,20	7,10	44,30	154,90	22,52
№ 437	Гуляш из говядины	100	21,50	21,20	3,50	291,00	90,31
№ 685	Чай (без сахара)	200	0,45	0,10	0,29	27,60	3,25
	Хлеб Дарницкий	53	3,49	0,63	0,63	92,22	7,14
	Фрукты свежие (яблоко)	150	0,60	0,60	13,50	70,50	42,00
	итого:	1033	42,64	33,83	82,52	782,22	226,00

