

ЗАВТРАК (1 - 4 кл)

ПЛАТНЫЙ ЗАВТРАК (5-11кл)

сборник 2004г № рец.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
№ 71	Винегрет овощной	100	1,20	10,00	7,10	124,00	27,99
№ 332,516	Макаронны отварные с маслом	180	6,60	4,70	40,00	233,00	20,41
№ 454	Котлета мясная по хлыновски,соус томатный	100	21,69	18,69	8,70	289,99	83,89
№ 684,686	Чай с сахаром с лимоном	200	0,24	0,01	13,85	27,60	12,06
	Хлеб пшеничный	31	2,35	0,24	0,21	72,85	4,30
	Хлеб Дарницкий	25	1,65	0,30	0,30	43,50	3,35
	итого:	636	33,73	33,94	70,16	790,94	152,00



ЗАВТРАК (5-11кл)

сборник 2004г № рец.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
№ 302. таб №4	Каша кукурузная молочная с маслом	250	7,70	7,40	59,20	337,00	26,05
	Кондитерское изделие (сушки)	30	3,21	0,36	21,36	102,00	7,20
№ 685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,66	26,40	4,29
	Хлеб пшеничный	39	2,66	0,28	0,24	82,25	4,28
	Хлеб Дарницкий	20	1,32	0,24	0,24	34,80	2,18
	Итого:	539	15,07	8,32	94,70	582,45	44,00



ЛЬГОТНЫЙ ОБЕД (с 1 по 11 кл)

сборник 2004г № рец.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
№ 19	Салат из свежих помидор с перцем с	100	0,95	20,14	3,96	198,00	47,54
№ 132	Рассольник Ленинградский со сметано	260	2,40	6,10	15,70	129,00	28,74
2001 № 214	Картофель отварной с зеленью	180	4,16	9,36	36,26	243,26	25,54
№ 424	Поджарка из мяса говядины	100	25,40	13,40	4,50	240,00	101,68
№ 699	Напиток апельсиновый	200	0,10	0,00	22,90	88,00	14,70
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	0,21	70,50	4,08
	Хлеб Дарницкий	27	1,78	0,32	0,32	46,98	3,72
	итого:	897	37,07	49,56	83,85	1015,74	226,00



ПЛАТНЫЙ ОБЕД (1-11кл)

Сборник 2004г № рец.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
№ 132	Рассольник Ленинградский со сметаной	260	2,40	6,10	15,70	129,00	28,74
№ 478	Запеканка картофельная с мясом	220	14,04	17,19	24,99	376,11	109,74
№ 685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,66	26,40	5,50
	Хлеб пшеничный	29	2,21	0,24	0,21	68,15	3,94
	Хлеб Дарницкий	20	1,32	0,24	0,24	34,80	2,68
	Блинчики со сгущенным молоком	60	4,32	7,20	20,70	172,80	29,40
	итого:	789	24,47	31,01	75,50	807,26	180,00

