

ЗАВТРАК (1 - 4 кл)

ПЛАТНЫЙ ЗАВТРАК (5-11кл)

сборник 2004г № рец.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
№ 42	Салат из св.моркови с перцем сладким	100	1,60	15,30	11,90	192,00	35,10
№ 520	Пюре картофельное на молоке	180	4,10	5,50	26,90	176,00	30,25
№ 391	Тефтели рыбные из горбуши	100	24,25	17,40	13,05	290,65	72,30
№ 639	Компот из смеси сухофруктов	200	1,00	0,10	27,50	110,00	8,75
	Хлеб пшеничный	21	1,59	0,16	0,14	49,35	2,92
	Хлеб Дарницкий	20	1,32	0,24	0,24	34,80	2,68
	Итого:	621	33,86	38,70	79,73	852,80	152,00



ЗАВТРАК (5-11кл)

сборник 2004г № рец.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
№ 302. таб №4	Каша ячневая молочная с маслом	250	10,90	7,90	60,70	360,00	21,02
	Кондитерское изделие (печенье)	35	2,40	6,65	50,49	161,00	10,50
№ 685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,66	26,40	4,29
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	0,28	94,00	4,32
	Хлеб Дарницкий	35	2,31	0,42	0,42	60,90	3,87
	итога:	560	18,83	15,33	125,55	702,30	44,00



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
№ 512	Рис отварной с маслом сливочным	180	4,20	5,70	41,70	239,00	18,76
№ 437	Гуляш из говядины	100	21,50	21,20	3,50	291,00	90,31
№ 685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,66	26,40	5,50
	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	0,24	82,25	4,76
	Хлеб Дарницкий	31	2,04	0,37	0,37	53,94	4,29
	Фрукты свежие (банан)	160	2,52	0,45	32,84	166,52	41,60
	итого:	1056	39,50	32,24	112,61	1005,11	226,00



ПЛАТНЫЙ ОБЕД (1-11кл)

Сборник 2004г № рец.	Наименование блюда	Выход,г	белки,г	жиры,г	углеводы,	ЭЦ ккал	Цена
№ 16	Огурец соленый порционно	100	0,80	0,10	1,70	12,00	30,80
№ 139	Суп гороховый с картофелем	250	5,60	4,10	17,80	132,00	20,38
№ 512	Рис отварной с маслом сливочным	180	4,20	5,70	41,70	239,00	18,76
сбр 2001 №192	Курица отварная порционно	100	26,00	26,02	1,38	346,68	56,28
№ 685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,66	26,40	5,50
	Хлеб пшеничный	29	2,20	0,23	0,20	68,15	4,00
	Хлеб Дарницкий	20	1,32	0,24	0,24	34,80	2,68
	Фрукты свежие (банан)	160	2,52	0,45	32,84	166,52	41,60
	Итого:	1039	42,82	36,88	109,52	1025,55	180,00

