

-

Page 10

Page 10 of 10

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1-4кл	гор.блюдо	№326	Запеканка творожная с рисом	160	57,45	289	14	14	28
	гор.напиток	№714	Чай с сахаром,лимоном	200	4,35	62	0	0	15
	хлеб	тех.карта	Хлеб пшеничный	40	3,00	92	3	0	19
	соус	тех.карта	Соус сметанный	15	5,20	23	1	2	1
	фрукты	тех.карта	Фрукты свежие сезонные	100	20,00	44	0	0	10
Завтрак 2	фрукты								
Обед 1-4кл	закуска	тех.карта	Соленья в ассортименте	60	10,20	7	0	0	1
	1 блюдо	№163	Суп картофельный с вермишелью	200	12,20	114	6	5	12
	2 блюдо	№489	Рагу из птицы	200	55,90	391	12	21	40
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.	тех.карта	Хлеб белый	40	3,00	92	3	0	19
	хлеб черн.	тех.карта	Хлеб черный	30	3,50	68	3	0	13
	напиток	№639	Компот из свежих фруктов	180	5,20	42	0	0	10

-

Page 10

Page 10 of 10

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1-4кл	гор.блюдо	№332	Макароны сладкие с маслом	200	37,80	196	7	10	24
	гор.напиток	№692	Кофейный напиток	200	4,20	98	2	2	18
	хлеб	тех.карта	Хлеб пшеничный	40	3,00	92	3	0	19
	порц.блюдо	№337	Яйцо вареное	60	25,00	63	5	5	0
	сладкое	тех.карта	Кондитерское изделие	50	20,00	102	2	2	19
Завтрак 2	фрукты								
Обед 1-4кл	закуска	тех.карта	Соленья в ассортименте	60	10,20	7	0	0	1
	1 блюдо	№138	Суп крестьянский	200	12,70	155	2	11	12
	2 блюдо	№268	Котлета мясная с соусом	90	43,23	178	8	12	8
	гарнир	№215	Рис отварной	150	12,17	196	4	7	29
	сладкое								
	хлеб бел.	тех.карта	Хлеб белый	40	3,00	92	3	0	19
	хлеб черн.	тех.карта	Хлеб черный	30	3,50	68	3	0	13
	напиток	№639	Компот из свежих фруктов	180	5,20	42	0	0	10

-

Page 10

Page 10

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1-4 кл	гор.блюдо	№243	Каша пшеничная	150	9,12	140	6	7	13
	гор.напиток	№692	Кофейный напиток с молоком	200	18,10	156	4	3	29
	хлеб	тех.карта	Хлеб пшеничный	40	3,00	92	3	0	19
	закуска	тех.карта	Соленья в ассортименте	100	17,78	10	1	0	2
	2 блюдо	№462	Тефтели мясные с соусом	100	42,00	111	5	7	6
Завтрак 2	фрукты								
Обед 1-4 кл	закуска	тех.карта	Соленья в ассортименте	60	10,20	7	0	0	1
	1 блюдо	№133	Борщ с капустой и картофелем	200	13,40	157	5	10	11
	2 блюдо	№388	Котлета рыбная	100	39,31	172	8	10	13
	гарнир	№525	Пюре картофельное	150	15,19	138	3	5	20
	сладкое								
	хлеб бел.	тех.карта	Хлеб белый	40	3,00	92	3	0	19
	хлеб черн.	тех.карта	Хлеб черный	30	3,50	68	3	0	13
	напиток	№645	Кисель фруктовый	180	5,40	80	1	0	19

-

Page 10

Page 10 of 10

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1-4кл	гор.блюдо	№311	Каша манная молочная	180	28,00	201	7	10	22
	гор.напиток	№725	Какао с молоком	200	24,00	115	3	4	18
	хлеб	тех.карта	Хлеб пшеничный	40	3,00	92	3	0	19
	фрукты	тех.карта	Фрукты свежие сезонные	100	20,00	44	0	0	10
	порц.блюдо	тех.карта	Сыр твердый порционнно	10	15,00	36	2	3	0
Завтрак 2	фрукты								
Обед 1-4кл	закуска	№51	Свекла отварная	60	7,20	38	1	1	6
	1 блюдо	№162	Суп гороховый с картофелем на к/б	200	11,80	123	5	6	13
	2 блюдо	№437	Гуляш	90	49,68	130	5	10	5
	гарнир	№299	Макароны отварные	150	10,12	224	7	7	33
	сладкое								
	хлеб бел.	тех.карта	Хлеб белый	40	3,00	92	3	0	19
	хлеб черн.	тех.карта	Хлеб черный	30	3,50	68	3	0	13
	напиток	№644	Компот из смеси сухофруктов	180	4,70	66	1	0	16