

02/01/ли л	Салат овощной с зеленым горошком	80,000		1,928	12,95	8,659	153
131///20	Рассольник домашний со сметаной	255,000		3,19	6,8	16,2	122
443/200	Плов из говядины	225,000		40,8	33,25	45,83	457,2
588/96	Компот из сухофруктов	200,000		0,7	0,06	32,8	128
	Хлеб пшеничный	50,000		3,85	1,2	26,7	127
	Хлеб ржаной	25,000		1,1	0,175	12,45	53,5

ПОЛДНИК

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
	Сок фруктовый	200,000		1	0	23,4	94
110	Пирожок с яблоками пр	75,000		4,5	1,8	38	174

УЖИН

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
255/кон	Икра кабачковая	50,000		0	3,5	3,5	45,9
436/200	Жаркое по домашнему	225,000		27,68	24,15	23,55	377,4
19	Чай с молоком	200,000		1,6	1,6	17,3	86
	Хлеб пшеничный	25,000		3,85	1,2	26,7	127
	Хлеб ржаной	25,000		1,1	0,175	12,45	53,5

УЖИН 2

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
	Ряженка	200,000		5,04	5,76	6,48	100,8

Обучающиеся 12-18 лет

ЗАВТРАК

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
342/04	Омлет с сыром с маслом	120,000		16,2	24,4	8,2	263
	Биойогурт	135,000		4,2	3	16,5	109,5
693/04	Какао с молоком	200,000		3,6	3,7	15,48	106
	Батон нарезной	50,000		6,08	1,12	38,33	187,5
	Хлеб ржаной	15,000		1,1	0,175	12,45	53,5

ВИТАМИНИЗАЦИЯ

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
	Апельсин	210,000		0,72	0	10,98	43,2
Итого			0,00				

ОБЕД

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
2/01/лил	Салат овощной с зеленым горошком	100,000		2,3	16	10,74	191
131///20	Рассольник домашний со сметаной	306,000		3,8	8,2	19,4	146,1
443/200	Плов из говядины	225,000		40,8	33,25	45,83	457,2
588/96	Компот из сухофруктов	200,000		0,7	0,06	32,8	128
	Хлеб пшеничный	50,000		5,78	1,8	40,05	190,5
	Хлеб ржаной	25,000		3,3	0,525	37,35	160,5

ПОЛДНИК

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
	Сок фруктовый	200,000		1	0	23,4	94
	Пирожок с яблоками пр	75,000		4,5	1,8	38	174

Воспитанники 12-18 лет

ЗАВТРАК

			Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
342/04	Омлет с сыром с маслом	120,000	16,2	24,4	8,2	263
	Биойогурт	135,000	4,2	3	16,5	109,5
693/04	Какао с молоком	200,000	3,6	3,7	15,48	106
	Батон нарезной	50,000	6,08	1,12	38,33	187,5
	Хлеб ржаной	15,000	1,1	0,175	12,45	53,5

ВИТАМИНИЗАЦИЯ

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
	Апельсин	210,000		0,72	0	10,98	43,2
	Итого		0,00				

ОБЕД

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
2/01/лпл	Салат овощной с зеленым горошком	100,000		2,3	16	10,74	191
131///20	Рассольник домашний со сметаной	306,000		3,8	8,2	19,4	146,1
443/200	Плов из говядины	225,000		40,8	33,25	45,83	457,2
588/96	Компот из сухофруктов	200,000		0,7	0,06	32,8	128
	Хлеб пшеничный	50,000		5,78	1,8	40,05	190,5
	Хлеб ржаной	25,000		3,3	0,525	37,35	160,5

ПОЛДНИК

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
	Сок фруктовый	200,000		1	0	23,4	94
	Пирожок с яблоками пр	75,000		4,5	1,8	38	174

УЖИН

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
255/кон	Икра кабачковая	50,000		0	3,5	3,5	45,9
436/200	Жаркое по домашнему	225,000		27,68	24,15	23,55	377,4
19	Чай с молоком	200,000		1,6	1,6	17,3	86
71	Хлеб пшеничный	25,000		3,85	1,2	26,7	127
339	Хлеб ржаной	25,000		1,1	0,175	12,45	53,5

УЖИН 2

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
34	Ряженка	0,200		5,04	5,76	6,48	100,8

Зав. столовой

Казакова Светлана Владимировна