

3-день

Директор школы
Зусса Зубцова И. Ю.

Наименование блюда	Выход блюд (г, мг)		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)		Витамин С		Рецептуры
	7-10 лет	11 лет и старше	Б		Ж		У		7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	
			7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
ЗАВТРАК													
Запеканка из творога с молоком сгущённым	150/30	150/30	26,31	26,31	19,90	19,90	50,40	50,40	486,00	486,00	0,85	0,85	223/2011г.
Масло сливочное (порциями)	10	10	0,08	0,08	7,25	7,25	0,13	0,13	66,00	66,00	0,00	0,00	14/2011г.
Сыр российский (порциями)	30	30	4,64	4,64	5,90	5,90	0,00	0,00	72,00	72,00	0,14	0,14	15/2011г.
Кофейный напиток с молоком	200	200	3,17	3,17	2,68	2,68	15,95	15,95	101,00	101,00	1,30	1,30	379/2011г.
Батон нарезной	80	100	6,40	8,00	0,80	1,00	42,40	53,00	200,00	250,00	0,00	0,00	Заводская упаковка
ОБЕД													
Салат из белокочанной капусты	70	100	0,92	1,31	2,27	3,30	4,53	6,46	42,28	60,40	11,97	17,10	42/2011г.
Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/35	350/35	2,19	3,07	2,78	3,89	15,39	21,55	105,00	148,00	11,07	15,51	104/105 2011г
Биточки мясные	90	100	11,75	13,05	13,46	14,96	10,01	11,12	217,00	241,00	0,44	0,49	268/2011г.
Рис отварной	150	200	3,65	4,87	5,38	7,17	36,68	48,91	210,00	280,00	0,00	0,00	304/2011г.
Компот из свежих плодов	200	200	0,16	0,16	0,16	0,16	27,88	27,88	115,00	115,00	0,90	0,90	342/2011г.
Хлеб пеклеванный	80	120	5,60	8,40	0,80	1,20	33,84	50,76	165,00	247,00	0,00	0,00	Заводская упаковка
ПОЛДНИК													
Сок фруктовый	200	200	1,00	1,00	0,00	0,00	20,20	20,20	84,80	84,80	4,00	4,00	389/2011г.
Кондитерские изделия	30	30	4,00	4,00	18,00	18,00	65,00	65,00	122,00	122,00	0,00	0,00	Заводская упаковка
Фрукты свежие	200	250	0,80	1,00	0,61	0,77	1,41	1,77	91,00	114,00	4,61	5,77	338/2011г.
УЖИН													
Овощи натуральные	80	100	0,77	1,10	0,14	0,20	2,66	3,80	15,40	22,00	12,25	17,50	71/2011г.

