



*Завсечета*

УТВЕРЖДАЮ  
ИП Коломойцев А.В. 21.06.2017

Школа *Коломойцев М.И.*

прием пищи	раздел	№ рецепта	ДЕТИ ОТ 6,5 ДО 10 ЛЕТ		отд/корп	цена	калорийность	день		
			блюдо	выход,г				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
завтрак	гор.блюдо	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	25	383,6	15,5	16,4	41,0	
	гор.напиток	376	ЧАЙ С САХАРОМ	250	4	41,1	0,2	0,0	10,1	
	хлеб		БАТОН ИЛИ ХЛЕБ	40	3	78,6	2,3	0,9	15,4	
	фрукты		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО ИЛИ БАНАН), ВОДА	100	18	47,0	0,4	0,4	9,8	
обед	закуска		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	14,98	45,9	1,0	3,0	3,5	
	1 блюдо	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	26	153,6	5,4	4,9	21,8	
	2 блюдо	272	ЗАПЕКАНКА ИЗ МЯСА С СОУСОМ	90	41	213,3	15,0	14,0	18,0	
	гарнир	171	КАША ПШЕНИЧНАЯ	150	22	195,1	7,4	3,6	33,3	
	напиток	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6	42,6	0,0	0,0	10,7	
ИТОГО	хлеб		ХЛЕБ	40	3	81,6	2,6	0,4	17,0	
ИТОГО					162,98					
Школа			ДЕТИ ОТ 10 ДО 15 ЛЕТ		отд/корп			день		
прием пищи	раздел	№ рецепта	блюдо	выход,г	цена	калорийность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
	завтрак	гор.блюдо	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	240	30	383,6	9,5	6,4	41,0
		гор.напиток	376	ЧАЙ С САХАРОМ	250	4	41,1	0,2	0,0	10,1
обед	хлеб		БАТОН ИЛИ ХЛЕБ	40	3	78,6	2,3	0,9	15,4	
	фрукты		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО ИЛИ БАНАН), ВОДА	100	18	47,0	0,4	0,4	9,8	
ИТОГО	закуска		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	18,79	45,9	1,0	3,0	3,5	
	1 блюдо	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	26	153,6	5,4	4,9	21,8	
	2 блюдо	272	ЗАПЕКАНКА ИЗ МЯСА С СОУСОМ	100	48	237,0	13,4	9,5	12,2	
	гарнир	171	КАША ПШЕНИЧНАЯ	180	27	195,1	7,4	3,6	33,3	
ИТОГО	напиток	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6	42,6	0,0	0,0	10,7	
	хлеб		ХЛЕБ	50	3	81,6	2,6	0,4	17,0	
ИТОГО					183,79					