



| № рецептуры | Прием пищи Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | Цена (руб., коп.) |
|---|---|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| Завтрак с 7 до 11 лет | | | | | | | |
| 3 | Бутерброд с сыром 18,5/5 | 23,5 | 6 | 12 | 1 | 135 | 8,09 |
| 340 | Омлет натуральный с маслом сливочным 150/10 | 160 | 12 | 12 | 3 | 171 | 47,80 |
| 693 | Какао с молоком "Витошка" | 200 | 6 | 6 | 34 | 213 | 18,37 |
| Пром. | Хлеб пшеничный витаминизированный | 31 | 2 | 1 | 13 | 64 | 2,74 |
| Итого: | | 415 | 25 | 31 | 52 | 583,86 | 77,00 |
| Завтрак с 12 лет и старше | | | | | | | |
| 3 | Бутерброд с сыром 18,5/5 | 23,5 | 6 | 12 | 1 | 135 | 8,09 |
| 340 | Омлет натуральный с маслом сливочным 200/10 | 210 | 12 | 12 | 3 | 171 | 60,08 |
| 693 | Какао с молоком "Витошка" | 200 | 6 | 6 | 34 | 213 | 18,37 |
| Пром. | Хлеб пшеничный витаминизированный | 39 | 2 | 1 | 16 | 81 | 3,46 |
| Итого: | | 473 | 26 | 31 | 55 | 600 | 90,00 |
| Вариант №2 ЗАВТРАК с 7 до 11 лет | | | | | | | |
| 19 | Салат из помидоров с маслом растительным | 70 | 3 | 9 | 3 | 103 | 18,72 |
| ЕСТН 299 | Рыба (минтай) тушеная в томате с овощами | 120 | 17 | 4 | 10 | 150 | 55,15 |
| 511 | Рис отварной | 150 | 4 | 5 | 36 | 209 | 18,17 |
| 692 | Кофейный напиток | 200 | 4 | 6 | 25 | 173 | 11,71 |
| Пром. | Хлеб пшеничный витаминизированный | 37,1 | 2 | 1 | 15 | 76 | 3,29 |
| Пром. | Хлеб ржаной | 33,4 | 2 | 1 | 14 | 68 | 2,96 |
| Итого: | | 611 | 32 | 26 | 104 | 779 | 110,00 |
| Обед 7-11 лет | | | | | | | |
| 19 | Салат из помидоров с маслом растительным | 60 | 3 | 7 | 3 | 88 | 16,03 |
| СТН 21/2 | Суп- лапшас курой 200/15 | 215 | 3 | 5 | 12 | 105 | 15,16 |
| ЕСТН 299 | Рыба (минтай) тушеная в томате с овощами | 90 | 13 | 3 | 8 | 112 | 41,54 |
| 511 | Рис отварной | 150 | 4 | 5 | 36 | 209 | 18,17 |
| 700 | Напиток клюквенный | 200 | 0 | 0 | 21 | 86 | 14,13 |
| Пром. | Хлеб пшеничный витаминизированный | 37,5 | 2 | 1 | 15 | 76 | 3,33 |
| Пром. | Хлеб ржаной | 18,5 | 1 | 0 | 7 | 37 | 1,64 |
| Итого: | | 771 | 25 | 22 | 103 | 714 | 110,00 |
| Обед с 12 лет и старше | | | | | | | |
| 19 | Салат из помидоров с маслом растительным | 100 | 4,4 | 12,4 | 4,4 | 147 | 26,72 |
| СТН 25/2 | Суп- лапшас курой 250/20 | 270 | 3 | 6 | 16 | 135 | 19,75 |
| ЕСТН 299 | Рыба (минтай) тушеная в томате с овощами | 100 | 17 | 4 | 10 | 150 | 46,17 |
| 511 | Рис отварной | 180 | 4 | 6 | 44 | 250 | 21,80 |
| 700 | Напиток из клюквы | 200 | 0 | 0 | 21 | 86 | 14,13 |
| Пром. | Хлеб пшеничный витаминизированный | 20,2 | 1 | 0 | 8 | 41 | 1,79 |
| Пром. | Хлеб ржаной | 18,5 | 1 | 0 | 7 | 37 | 1,64 |
| Итого: | | 889 | 32 | 30 | 111 | 846 | 132,00 |
| Вариант №2 ЗАВТРАК с 12 лет и старше | | | | | | | |
| СТН 18/1 | Салат из помидоров с маслом растительным | 140 | 1 | 5 | 2 | 57 | 37,39 |
| ЕСТН 299 | Рыба (минтай) тушеная в томате с овощами | 120 | 17 | 4 | 10 | 150 | 55,15 |
| 511 | Рис отварной | 180 | 4 | 6 | 44 | 250 | 21,80 |
| 692 | Кофейный напиток | 200 | 4 | 6 | 25 | 173 | 11,71 |
| Пром. | Хлеб пшеничный витаминизированный | 37,1 | 2 | 1 | 15 | 76 | 3,29 |
| Пром. | Хлеб ржаной | 30,2 | 2 | 1 | 12 | 62 | 2,66 |
| Итого: | | 707,3 | 30,62 | 23,26 | 109,29 | 768,98 | 132,00 |

Зав. производством /шеф-повар/

Бухгалтер:

/ Шадрина Н. И./

Директор школы:

/ Селева / Селева Л.С.