



Школа №504 гимназия №3 Отд./корп 26.07.14 День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	овощи нат гастрон.	№ 71		100	7,35	12	0,6	0,1	1,5	
		2015г.	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	10	8,90	66	0,1	7,2	0,1	
	гор.блюдо	№ 289		100/300	43,61	374,1	20,6	16,5	23,1	
		2015г.	РАГУ из птицы							
	Завтрак 2	3 блюдо	№ 377		200/15/7	3,00	49,5	0,4	0	11,7
		2015г.	ЧАЙ с сахаром С ЛИМОНОМ*							
хлеб бел			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,85	116,9	3,95	0,5	24,2	
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,00	129	4,3	1,65	21,25	
Завтрак 2	фрукты		Яблоко свежее колиброванное	150	19,95	69,5	0,6	0,5	14,7	
			Итого за прием пищи	882	88,66	817,00	30,55	26,55	95,05	
Обед	овощи нат	№ 71		100	4,00	12	0,1	0,1	1,9	
		2015г.	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)							
	1 блюдо	№ 112		250	3,30	119,1	4	2,9	20,1	
		2015г.	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ и картофелем							
	2 блюдо	№ 274		100/5	42,56	202,6	11,6	13,5	13,8	
		2015г.	ЗРАЗЫ рубленные из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%							
	гарнир	№ 312		200	9,00	191,4	3,9	11,5	22,7	
		2015г.	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ с маслом							
	3 блюдо	№ 388		200	4,00	88,2	0,7	0,3	20,8	
		2015г.	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА							
хлеб бел.		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,85	116,9	3,95	0,5	24,15		
хлеб черн.		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,00	129	4,25	1,65	21,25		
фрукты		Яблоко свежее колиброванное	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7		
		Итого за прием пищи	1105	88,66	916,70	29,00	31,05	137,50		
		Итого за день	1987	177,32	1733,70	59,55	57,60	232,55		



Миргородская Л.А.
Экономист по ценам
Зав. производством