

5-11

МЕНЮ



Школа №11 Отд./корп

Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак	Овощи натуральные	№ 71 2015г.	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	1/100	7,94	12	0,075	0,125	1,875	
	2 блюдо	№ 237 2015г.	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ рубленные (из минтая) с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/100/8	33,81	222,4	12,1	16,2	13,4	
	Гарнир	№ 143 2015г.	РАГУ из овощей	1/180	16	202	2,5	15,7	0,5	
	Напитки	№ 342 2015г.	КОМПОТ из смеси сухофруктов	1/200	4,2	111,1	0,2	0,2	27,1	
	Хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,46	116,9	3,95	0,5	24,15	
	Хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	3,95	129	4,25	1,65	21,25	
	Фрукты		ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)	1/150	19,3	56,4	0,4	0,4	11,7	
			Итого за прием пищи:		838	88,66	837,8	23,4	34,65	98,1
	Обед	Овощи натуральные	№ 71 2015г.	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	1/100	8,95	12	0,075	0,125	1,875
		1 блюдо	№ 96 2015г.	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	1/250	5,95	122,4	2,3	5,3	16,4
2 блюдо		№ 239, 331 2015г.	ТЕФТЕЛИ рыбные из минтая с соусом сметанным с томатом	1/100/60	27,35	244	13,2	12,9	18,8	
Гарнир		№ 312 2015г.	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/200	14,7	217,8	3,9	11,5	22,7	
Напитки		№ 342 2015г.	Компот из свежих яблок	1/200	5	573	0,8	0,8	139,4	
Хлеб			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,46	116,9	3,95	0,5	24,15	
Хлеб			ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	3,95	129	4,25	1,65	21,25	
Фрукты			ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)	1/150	19,3	56,4	0,4	0,4	11,7	
			Итого за прием пищи:		1179	88,66	1415,1	28,475	32,775	244,575
			Всего за день:		2017	177,32	2252,9	51,875	67,425	342,675
Экономист по ценам	Миргородская Л.А.									
Зав.производством										

