

| Раздел      | № рец.  | Блюдо                                                                                       | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|-------------|---------|---------------------------------------------------------------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| гор.блюдо   | 184     | Каша овсяная "Геркулес" вязкая с маслом сливочным                                           | 150      |       | 199,00       | 6,20  | 7,90 | 25,70    |
| доп.блюдо   | ТК № 9  | Бутерброд с джемом                                                                          | 40       |       | 130,00       | 1,30  | 4,20 | 21,80    |
| гор.напиток | 459     | Какао с молоком                                                                             | 180      |       | 73,00        | 3,00  | 2,30 | 10,50    |
| хлеб        | ТК № 1  | Батон обогащенный микронутриентами                                                          | 20       |       | 50,60        | 1,45  | 0,50 | 9,85     |
| фрукты      |         |                                                                                             |          |       |              |       |      |          |
| кисломол.   | ТК № 2  | Йогурт фруктовый в индивидуальной упаковке 2,5 %                                            | 125      | 123,4 | 100,00       | 4,00  | 3,10 | 13,00    |
| закуска     | 52      | Винегрет овощной                                                                            | 60       |       | 75,00        | 0,80  | 6,10 | 4,20     |
| 1 блюдо     | 100/273 | Суп из овощей с мясом                                                                       | 205      |       | 83,70        | 2,80  | 4,30 | 8,30     |
| 2 блюдо     | 312/371 | Птица, тушенная в сметанном соусе                                                           | 90       |       | 162,00       | 14,00 | 9,30 | 4,24     |
| гарнир      | 349     | Рис отварной                                                                                | 150      |       | 210,00       | 3,60  | 5,60 | 36,40    |
| напиток     | 442     | Соки овощные, плодовые и ягодные, вырабатываемые промышленностью, натуральные (мультифрукт) | 180      |       | 77,40        | 0,90  | 0,18 | 17,82    |
| хлеб бел.   | ТК № 1  | Батон обогащенный микронутриентами                                                          | 20       |       | 50,60        | 1,45  | 0,50 | 9,85     |
| хлеб черн.  | ТК № 3  | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами                                           | 40       | 185,2 | 72,00        | 1,88  | 0,88 | 19,90    |

Утверждено директором школы Минусовой С. В.

