

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК



"Согласовано"  
МБОУ "Лицей" № 2  
Директор  
Р. В. Зелинский



Категория: Школьный 114 классы

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	В1, мг.	С, мг.	А, мг.	Е, мг.	Мг.	мг.	Fe, мг.	
			Б	Ж	У									
<b>День 1 ( 24 мая )</b>														
№ 124	Сосиска отварная	110	10,00	21,70	0,80	238,00	0,02	0	0,08	1	22,97	139	13,31	1,61
304/2004Сб	Рис отварной с маслом	150/5	3,83	5,42	31,80	210,00	0,044	0	0,27	0,284	11,46	84,15	27,33	0,597
377/2015	Чай черный с сахаром, курагой	200/15/7	0,52	0,01	21,73	88,00	0,15	0	0,09	1,5	100,45	80	40	1,845
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,033			0,33	6	19,5	4,2	0,33
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20	1,00	0,20	9,00	44,00	0,014			0,108	2,76	12,72	3	0,372
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>17,64</b>	<b>27,57</b>	<b>77,89</b>	<b>651,00</b>	<b>0,247</b>	<b>0</b>	<b>27,17</b>	<b>3,222</b>	<b>143,64</b>	<b>335,4</b>	<b>87,84</b>	<b>4,754</b>
<b>День 2 ( 25 мая )</b>														
	Сыр	20	2,18	0,50	0,76	16,12	0,004	0,09	5,5	0,01	11,31	11,36	1,39	0,05
№311 сб шк 2004	Каша "Дружба" молочная с маслом	150/10	5,60	7,80	29,50	209,00	0,1	0,14	0,47	112,38	170,6	32,72	0,71	
№270 сб шк 2004	Булочка домашняя	60	3,90	3,60	28,50	196,00	0,04	0	0,02	39,35	8,53	5,18	0,43	
№ 301	Напиток шиповника	200	0,60	0,20	27,00	111,00	0,01	0,05	80	11,09	2,96	0,57	8,5	0,92
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,033			0,33	6	19,5	4,2	0,33
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20	1,00	0,20	9,00	44,00	0,014			0,108	2,76	12,72	3	0,372
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>15,56</b>	<b>12,34</b>	<b>109,52</b>	<b>647,12</b>	<b>0,187</b>	<b>0,28</b>	<b>85,99</b>	<b>50,888</b>	<b>143,94</b>	<b>214,7</b>	<b>54,99</b>	<b>2,812</b>
<b>День 3 ( 26 мая )</b>														
Дели 2015	Фрукты и ягоды свежие (Груша)	160	0,44	0,11	13,31	62,70	0,013	4,73	1,1	0,132	9,9	13,2	7,7	0,2
№234 Дели2015	Биточки рыбные	80	6,45	4,24	7,49	116,00	0,05	0,48	0,1	0,646	44,02	137,1	12	0
№212 Дели2015	Картофельное пюре с маслом	150/5	3,09	8,28	22,00	172,00	0,164	7,943	0,08	3	47,805	98,84	8	0
№ 293	Компот из сухофруктов	200	0,50	0,10	31,20	121,00	0,07	0,21	0,29	14,62	8,5	0,92	8,5	0,92
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,033			0,33	6	19,5	4,2	0,33
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20	1,00	0,20	9,00	44,00	0,014			0,108	2,76	12,72	3	0,372
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>13,76</b>	<b>13,17</b>	<b>97,76</b>	<b>586,70</b>	<b>0,33</b>	<b>13,363</b>	<b>1,57</b>	<b>18,636</b>	<b>118,99</b>	<b>282,2</b>	<b>43,4</b>	<b>1,822</b>
<b>День 4 ( 27 мая )</b>														
№492 сб шк 2004	Плов из куриных грудок	50/150	19,00	23,78	31,56	419,00	0,056	0,611	0,088		20,433		37,67	1,71
№ 292	Компот из кураги	200	0,50	0,10	31,20	121,00	0,07	0,21	0,29	14,62	8,5	0,92	8,5	0,92
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,033			0,33	6	19,5	4,2	0,33
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20	1,00	0,20	9,00	44,00	0,014			0,108	2,76	12,72	3	0,372
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>3,78</b>	<b>0,54</b>	<b>54,96</b>	<b>236,00</b>	<b>0,117</b>	<b>0,21</b>	<b>0,29</b>	<b>15,058</b>	<b>17,26</b>	<b>33,14</b>	<b>15,7</b>	<b>1,622</b>
<b>День 5 ( 28 мая )</b>														
Дели 2015	Фрукты и ягоды свежие (Апельсин)	220	1,80	0,40	16,20	86,00	0,08	1,20	1,6	0,4	68	46	26	0,6
№280 Дели 2015	Фрикадельки из мяса говядины в соусе	55/50	8,33	7,74	3,19	175,00	0,03	0,85	0,1	1,258	100,53	110,1	0,077	1
№203	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,50	3,92	32,83	192,00	0,058	0	0,02	0,916	9,43	57,01	7,558	0,8
№376 Дели2015	Чай с сахаром	200/15	0,53		9,47	40,00		0,27	0,117		13,6	22,13	11,73	0,1
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,033			0,33	6	19,5	4,2	0,33
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20	1,00	0,20	9,00	44,00	0,014			0,108	2,76	12,72	3	0,372
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>19,44</b>	<b>12,50</b>	<b>85,45</b>	<b>608,00</b>	<b>0,201</b>	<b>120,92</b>	<b>16,237</b>	<b>2,912</b>	<b>200,32</b>	<b>267,4</b>	<b>52,565</b>	<b>3,202</b>
<b>День 6 ( 29 мая )</b>														
№392 Дели2015	Пельмени мясные отварные с маслом	180/5	10,34	12,18	20,34	237,00	0,159	0,491	0,18	1,283	79,453	239	10,579	0,01
№ 301	Напиток шиповника	200	0,60	0,20	27,00	111,00	0,01	0,05	80	11,09	2,96	0,57	8,5	0,92
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,033			0,33	6	19,5	4,2	0,33
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20	1,00	0,20	9,00	44,00	0,014			0,108	2,76	12,72	3	0,372
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>3,88</b>	<b>0,64</b>	<b>50,76</b>	<b>226,00</b>	<b>0,057</b>	<b>0,05</b>	<b>80</b>	<b>11,628</b>	<b>11,72</b>	<b>32,79</b>	<b>15,7</b>	<b>1,622</b>
<b>День 7 ( 31 мая )</b>														
	Сыр	20	2,18	0,50	0,76	16,12	0,004	0,09	5,5	0,01	11,31	11,36	1,39	0,05
№311 сб шк 2004	Каша "Дружба" молочная с маслом	150/10	5,60	7,80	29,50	209,00	0,1	0,14	0,47	112,38	170,6	32,72	0,71	
377/2015	Чай черный с сахаром, курагой	200/15/7	0,52	0,01	21,73	88,00	0,15	0	0,09	1,5	100,45	80	40	1,845
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,033			0,33	6	19,5	4,2	0,33
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20	1,00	0,20	9,00	44,00	0,014			0,108	2,76	12,72	3	0,372
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>11,58</b>	<b>8,55</b>	<b>75,75</b>	<b>428,12</b>	<b>0,287</b>	<b>0,23</b>	<b>6,06</b>	<b>1,948</b>	<b>232,9</b>	<b>294,1</b>	<b>81,31</b>	<b>3,307</b>

Зав. Производством :

Калькулятор :

*Handwritten signatures of the production manager and calculator.*